

# ناممکن روحانی مشکلات لا علاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

امام ابو حنیفہؒ کا احتیاط و تقویٰ

نئی نسل کے سلگتے اور الجھتے مسائل

دیران صحت، اجڑا چہرہ اور تندرستی کی کرن

ظلم کی انتہا اور عورت کا صبر

درد و پاک کا معجزہ

مردانہ بے اولادی کا ایک سبب

نصیحت کی باتیں، بچوں کی زبانی

دنیا بدل گئی.....

اولیاء کے مستند وظائف و عملیات

آپ مریض ہیں، تو یہ عمل کریں

جلے ہوئے مریضوں کے لیے تحفہ



**فہرست مضامین**

صفحہ نمبر عنوان

(2) بیاض قرآن، فرمانِ رسول ﷺ

(3) درسِ ہدایت

(4) بچے کو پیار سے سمجھائیے

(5) دیوانِ صحت، اجزاءِ چھ اور سندِ ستی کی کرن

(6) بنی نسل کے نکلنے اور سمجھنے مسائل

(7) تھپہ کے وقت، جاگنا، مایوسی کے مرض کا علاج

(8) جنات سے بچی ملاقا توں کے حیرت انگیز واقعات

(9) ورزش سے اپنے حسن میں نکسار پیدا کریں

(10) ظلم کی انتہا اور عورت کا ممبر

(11) اسہول، ہر مگر کی ضرورت

(12) فقر، بیض دفعہ کفر میں ڈھلنے کے قریب لے جاتا ہے

(13) مکمل مہاسوں سے نجات آسان

(14) اولیاء کے مستند و خائف و عملیات

(15) چلے ہوئے سر میٹھوں کے لیے قہقہہ

(16) غنائم پڑھتی ہیں؟

(17) دغا و دل گلی

(18) دوسوں سے نجات، ہر مرض سے حفاظتی

(19) اللہ تعالیٰ نے ہر انسان کو دوسرے انسان پر

صفحہ نمبر عنوان

(20) جسمانی بیماریوں کا شافی علاج

(22) بڑی بوڑھوں کے آرزو و کھیلوں کے

(23) راج کا مہینہ، آپ کی ستر ستی میں معاون

(24) مردانہ بچہ اولاد کی کا ایک سبب

(25) امامِ اہلِ بیض کا احتیاط و تقویٰ

(26) روحانی بیماریوں کا شافی علاج

(28) نفسانی کھریلو، بھینس اور آرزو و بھینس کا علاج

(29) بچہ اولاد جو بڑے اور بچل وار و رشت

(30) دین چل کرنے کی ہرکات

(31) آپ سر میٹھ ہیں، قویہ چل کریں

(32) حافظ قرآن کی قبہ کا مستند و بھینس و بھینس کا علاج

(33) صحت کی باتیں، بچل کی رہائی

(34) کاروبار میں کی خصوصیت چھریں

(36) آپ کا خواب اور تعبیر

(37) مہدوی مرکز و روحانیت و امن میں دعا

(38) جانا جات

(39) مایوس اور لا علاج سر میٹھوں کے لیے

آرزو و اور پڑھا تبیر و دوا

(44) حکیم محمد طارق محمود مہدوی چھائی کی بی

جمعہ چھائی کتابیں

نفسیات دی

انجمنی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / از سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

**عظیم صاحب سے ملاقات**  
 پیر، منگل، بدھ، جمعرات  
 (عصرے مغرب کے درمیان)

**عظیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ**  
 صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے

**موبائل نمبر: 0321-4343500**  
 لکھنؤ کے لیے: 0300-3218560  
 اسلام آباد کے لیے: 051-5539815  
 موبائل: 0333-5648351

**نانہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)**  
 روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے  
 لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

**ضروری اطلاع**  
 عظیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے  
 روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض  
 حضرات اوقات کا رکا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد  
 کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید  
 ہے اوقات کا رکا خیال فرمائیں گے۔

عَبْقَرِيَّ حَسَنِ ۖ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبِينَ ﴿٤٤﴾ القرآن

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہؒ ہجویری عمبری مہذب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ الحق مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (بہشت)

شماره نمبر 9 جلد نمبر 2 مارچ 2008 بمطابق ربیع الاول 1429ھ

## فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

لاہور

ماہنامہ

عقلمندی

باز روحانیت و امن کا ترجمان

مارچ 2008

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

حکیم محمد خالد محمود چغتائی، نجل الہی سٹسی، حاجی میاں محمد طارق  
قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شہر 15 روپے اندرون ملک سالانہ 180 روپے بیرون ملک سالانہ 40 امریکی ڈالر

گھنٹہ پر پہلے اسے پڑھنیے: اگر آپ ”ماہنامہ“ عبقری کا اجرا کر دانا چاہتے ہیں تو اس کا ذر سالانہ -180 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفظ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری درج ہوتا ہے۔ اگر ذر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -180 روپے مئی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور مئی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفظ آننا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداریوں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ کم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ ٹھکر ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گزارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے۔ اور بار بار ایسا اتفاق بھی ہوا ہے۔ کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سبیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک شال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کو فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں..... اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

مستقل ہے دفتر ماہنامہ ”عبقری“ مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چوگنی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-46883136042-7552384

**Website: [www.ubqari.net](http://www.ubqari.net)**  
**Email: [ubqari@hotmail.com](mailto:ubqari@hotmail.com)**

محمد طارق محمود ناشر نے اظہارِ سنن، عمر، روایتی مکتبہ روڈ سے منجھوا کر حرکِ لاہور سے شائع کیا۔

## پیغام قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: اور تم سب اللہ تعالیٰ کی عبادت کرو اور اس کے ساتھ کسی چیز کو شریک نہ کرو اور ماں باپ کے ساتھ نیک برتاؤ کرو اور قرابت داروں کے ساتھ بھی اور یتیموں کے ساتھ بھی اور مساکین کے ساتھ بھی اور قریب کے پڑوسی کے ساتھ بھی اور دور کے پڑوسی کے ساتھ بھی اور پاس بیٹھنے والے کے ساتھ بھی (مراودہ شخص ہے جو روزے کے آنے والا اور ساتھ اٹھنے بیٹھنے والا ہو) اور مسافر کے ساتھ بھی اور ان غلاموں کے ساتھ بھی جو تمہارے قبضہ میں ہیں، حسن سلوک سے پیش آؤ۔ بے شک اللہ تعالیٰ ایسے لوگوں کو پسند نہیں کرتے جو اپنے کو بڑا سمجھ اور وحشی کی بات کرے۔

(سورۃ النساء آیت نمبر 36)

## فرمان رسول

حضرت عبداللہ بن مسعودؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ”مسلم“ اللہ تعالیٰ کے ناموں میں سے ایک نام ہے جس کو اللہ تعالیٰ نے زمین پر اتارا ہے لہذا اس کو آپس میں خوب پھیلاؤ کیونکہ مسلمان جب کسی قوم پر گزرتا ہے اور ان کو سلام کرتا ہے اور وہ اس کو جواب دیتے ہیں تو ان کو سلام یا دولا نے کی وجہ سے سلام کرنے والے کو اس قوم پر ایک درجہ فضیلت حاصل ہوتی ہے اور اگر وہ جواب نہیں دیتے تو فرشتے جو انسانوں سے بہتر ہیں اس کے سلام کا جواب دیتے ہیں۔

(بزار، بطبرانی، ترمذی)

## حالی دل

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

ایک سوال ہے کہ بلی یا بے زبان جانور کا انسانی زندگی پر کیا اثر پڑتا ہے؟ کیا عروج و زوال کی کوئی کہانی بھی اس سے وابستہ ہوتی ہے؟ کچھ میرے مشاہدات آپ کی خدمت میں پیش ہیں۔  
کھنڈراتی بیاض (عقربے کی شکل کی ایک کتاب) فوٹو کاپی ہو رہی تھی۔ مولانا قاری عطاء اللہ صاحب یہ خدمت سرانجام دے رہے تھے۔ موصوف فرمانے لگے کہ میرے گھر میں بلی نے بچے دیے ہوئے تھے۔ اسکے بچے سارے گھر میں کھیلنے رہتے اور چل پھل رہتی۔ بلی کو دودھ اور کھانے پینے کی چیزیں دیتے۔ فوٹو کاپی کرتے ہوئے کئی دفعہ میری مشین ہلکی چٹکی خراب ہونے لگی۔  
نجانے کیسے خیال آیا کہ بلی کی خدمت کریں تو اللہ تعالیٰ کی مدد آئے گی اور مشین درست ہو جائے گی۔ اہلیہ سے عرض کیا کہ بلیوں کو دودھ ڈال دیں۔ وہ دودھ ڈالتی اور مشین درست ہو جاتی اور میں اپنا کام شروع کر دیتا۔ پھر مشین میں خرابی ہوتی تو میں پھر وہی دودھ والا عمل دہراتا اور مشین درست ہو جاتی۔ یہ تجربہ کئی دفعہ ہوا اور بعد میں احساس ہوا کہ جانور کی خدمت کرنے سے دعا ملتی ہے اور کام بنتے ہیں پریشانیاں دور ہوتی ہیں۔

میرے دیرینہ بزرگ حاجی محمد رفیق صاحب فرمانے لگے کہ بیت اللہ شریف میں طواف کے بعد حلیم میں میا تا کہ دو لٹل پڑھ سکوں۔ کیا دیکھتا ہوں کہ ایک بلی دو ہاتھ پھیلائے بالکل سجدے کے انداز میں پڑی ہوئی ہے۔ میں نے اطمینان سے لٹل پڑھے، خوب تسلی سے دعا کی۔ واپسی تک بلی ویسے ہی سجدے میں پڑی ہوئی تھی تا معلوم مجھ سے کتنی دیر پہلے عبادت میں تھی اور پھر کتنی دیر بعد سجدے میں رہی۔

کرل نور سیال کے گھر کے کونے میں بلی نے بچے دیے۔ اگلی اہلیہ بار بار نفرت کا اظہار کرتی اور گھر سے بلی کو نکالتی۔ ہر بار ایک ٹھہری آواز آتی جسے انہوں نے خود سنا کہ اس بلی کی خدمت کرو ورنہ بربادی اور تباہی تمہارا مقدر ہوگا۔ بس اس کی آنکھیں کھل گئیں۔

آنکھوں دیکھا واقعہ ہے گھر میں بلی نے بچے دیے۔ گھر والوں نے بچوں سے نفرت کی اور بار بار بچوں کو گھر سے باہر رکھتے۔ بلی پھر اندر لے آتی۔ سخت سردی تھی اور خوب بارش ہو رہی تھی۔ گھر والوں نے مصوم بچے نوکری میں ڈال کر سامنے درخت کے نیچے رکھ دیے۔ سخت سردی، سخت بارش، بچے چیخنے لگے اور ان کی آواز بڑھتی گئی۔ فریادیں اور اضافہ ہوا مگر گھر والے پرسکون، گرم کمرے میں مطمئن۔ اب بلی کی بھی فریاد اور پکار شروع ہوئی۔ کچھ دیر بعد بچوں کی آواز بھی ختم ہو گئی اور بلی کی بھی۔ یعنی بچے بھی مر گئے اور بلی بھی۔ کچھ دیر گزری تھی کہ پورے گھر کی چھت دھڑام سے گری اور گھر والوں کی آواز بھی ختم ہو گئی۔

ایک صاحب کہنے لگے کہ میں نے بلی ماری تو مجھے 15 دن سخت بخار رہا۔ توبہ کی پھر صحت ملی۔ ایک قصائی نے اپنا واقعہ سنایا کہ میں نے بلی کو چھری ماری اور بلی مر گئی۔ اسی شام کو چاک ایک شاندار بکر اتر پڑا کر مر گیا اور حرام ہو گیا۔

قارئین یہ حقیقت ہے کہ جو شخص بلی کی خدمت کرے اور اس کی تکلیف کو برداشت کرے تو اللہ پاک اس کی مدد فرماتے ہیں اور اس کی تکالیف دور ہوتی ہیں۔ مشاہدہ ہے کہ مکہ مکرمہ اور مدینہ منورہ میں کتنے نہیں ہیں لیکن بلیاں ضرور ہیں حتیٰ کہ حرمین شریفین کے اندر بھی بلیاں ہوتی ہیں۔

# درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس  
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

مظلوم کے پاس کوئی لفظ نہیں ہوتا۔ مگر جب ظلم بڑھ جاتا ہے پھر اللہ تعالیٰ اس مظلوم کے ساتھ ہو جاتا ہے

## غیب کے نظام پر پختہ یقین

دعا کس چیز کا نام ہے؟ دعا الفاظ کا نہیں کیفیات کا نام ہے۔ میں ”حیات الخیوان“ ایک بہت بڑی کتاب ہے، وہ پڑھ رہا تھا اس کو پڑھتے پڑھتے ایک ایسی دعائی اور اس کے فوائد، اس کے فضائل، اس کے کمالات، لیکن ایک دم بات یاد آئی کہ اس دعا کو پڑھنے کے لیے وہ مطلوب کیفیت بھی چاہیے اور وہ کیفیت میرے دوستوں اس وقت ملے گی جب غیب کے نظام پر سو فی صد یقین ہوگا۔ وہ مطلوب کیفیات اگر مل گئی تو دعا کے اندر کام بن گیا۔ لیکن یہ چیز اس وقت ملے گی جب غیب کا یقین ہوگا کہ اللہ ہے اور اللہ جل شانہ کا نظام ہے اور اللہ جل شانہ نے جو جزا لکھی ہے وہ ہے، جو سزا لکھی ہے وہ ہے، جو وعدہ فرمایا وہ ہے، جو وعید فرمائی ہے وہ ہے، یہ یقین بنتے بنتے آتا ہے اور بنتے بنتے بنانا پڑتا ہے۔ آپ کو بن پر یقین ہے کہ میں بن دباؤں گا اور بجلی سے روشنی پیدا ہوگی اور بن دباؤں گا تو پکھا چلے گا۔ اس سے کہیں زیادہ اللہ کے نام پر یقین ہو کہ اللہ کے جو نام ہیں اور اللہ کے نبی ﷺ نے جو الفاظ بتائے، جو دعائیں بتائیں، جو ذکر، جو تسبیحات بتائی ہیں اس پر یقین ہو کہ بس میں یہ کروں گا اور اللہ کر دے گا۔ یہ جو عامل حضرات ہیں جب یہ کوئی تعویذ لکھتے ہیں یا کوئی عمل کرتے ہیں ان کا یقین جا کر گولی سے زیادہ اثر کرتا ہے۔ یاد رکھئے گا پڑھائی کر نیوالے تسبیح کرنے والے، ذکر کرنے والے کا، جتنا اندر کا یقین مضبوط ہوگا اتنا اس کی تاثیر بڑھ جائے گی اور جتنا یقین کمزور ہوگا، پڑھتے ہوئے بھی کچھ نہیں ہوگا۔

## بیٹا باپ کا جنازہ پڑھائے

محدثین نے ایک بات لکھی ہے کہ باپ کا جنازہ بیٹا خود پڑھائے! کیوں؟ جو بیٹا، باپ کے لیے مغفرت مانگے گا وہ کوئی اور نہیں مانگ سکتا۔ وہ جب کہے گا (اللهم اغفر لی حینا و میتنا) بس جب میت کہے گا تو اس کا دل نوٹ جائے گا۔ الٰہی یہ میت ہے۔ تو معاف کر دے، معاف کر دے یہ میرا باپ ہے۔ بس تو معاف کر دے۔ اس لیے کہا اگر بیٹا ہے تو بیٹا باپ کا جنازہ پڑھائے۔ مطلوب کیفیت

میرے درووں کو دور کرنے والا، میرے دکھوں کو بانٹنے والا، میرے زخموں پر مرہم لگانے والا۔ کوئی ہے کوئی ہے جو کافر کی بھی سنتا ہے۔ ایک شخص کہتے ہیں میں ایک بزرگ کے پاس گیا اور میں ان کو دعا مانگتے دیکھا۔ کہنے لگے اللہ کی قسم میں نے محسوس کیا کہ ایسے ہے جیسے کسی سانپ نے ڈسا ہوا ایسے ہے جیسے کسی مرغ کو آدھا ذبح کر کے اُس کو چھوڑ دیا گیا ہے تصور کریں وہ کیسے ترپے گا اور اس کی جان کئی کی کیفیت کیسی ہوگی۔ بس اس طرح کی کیفیت مطلوب ہے۔

## مہمان کی قدر کریں

ایک بات بتاؤں، یہ کیفیات بعض اوقات ہر بندے کو کبھی کبھی مل بھی جاتی ہیں۔ بعض پر ہر وقت غالب رہتی ہیں۔ اللہ کی نعمت ہے جس کو عطا کر دے۔ لیکن ہر عام بندے کو کبھی یہ کبھی مل بھی جاتی ہیں۔ کبھی آپ محسوس کریں، دل چاہ رہا ہے کہ دعا کروں، دل چاہ رہا ہے کہ اللہ کے سامنے فریاد کروں، اور دعا چھوڑنے کو دل نہیں چاہ رہا، ذکر چھوڑنے کو دل نہیں چاہ رہا، ایسا دل لگا ہوا ہے، ایسا دل مطمئن ہے اور ایسی اندر کی کیفیت ہے کہ بس مانگتا جا رہا ہوں اور میرا کرم رب مجھے دیتا جا رہا ہے۔ تو یہ کیفیات اگر آپ کو بھی میسر ہوں ان کیفیتوں کو موثر بنائیے گا۔ جو میسر ہو اس کو موثر بنائیں۔ یہ موقع ہے اور (بقول ایک اللہ والے کے) یہ کیفیات مہمان ہیں، خیال اور قدر کرو گے تو پھر آئیں گی۔ ضروری نہیں کہ رات کی تنہائیوں میں، دن کے کسی وقت، ایسے بیٹھے بٹھائے، دفتر میں، گاڑی میں، دوکان میں، جو بھی کسی کا شعبہ ہے، اس میں بیٹھے بٹھائے بعض اوقات یہ کیفیت آتی ہے اور ملتی ہے۔ یہ کیفیت دل کے اندر اللہ جل شانہ کی محبت کو بڑھا جاتی ہے۔ اللہ جل شانہ کے قرب کو بڑھا جاتی ہے۔ اس کیفیت کا استعمال کیا کریں۔ اس کی قدر کیا کریں۔ وہ بڑا کرم ہے۔ دینے والا ہے۔ (جاری ہے)

## اسمِ اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل کو بعد نماز مغرب ”مرکز روحانیت واسن“ میں حکیم صاحب کا درس مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

# بچے کو پیار سے سمجھائیے

علم و روشنی

بیٹا تم اپنی خوبصورت آنکھوں پر پلکوں کی جھالیں گرائے سو رہے ہو۔ آنسو تمہارے رخساروں پر خشک ہو چکے ہیں۔ تمہارا انٹھا سا ہاتھ رخسار تلے دبا ہوا ہے اور خوبصورت بالوں کے گھنگھر و ماتھے پر چپک گئے ہیں

ایسے مواقع تقریباً تمام مردوں کی زندگی میں اکثر و بیشتر آتے ہیں جب وہ اپنے کام سے تھکے ہارے اور اگلے دن کے بقیہ کام کا بوجھ سر پر لئے جب گھر میں داخل ہوتے ہیں تو وہ بات بات پر اپنا غصہ اور تھکلا ہٹ اپنے معصوم بچوں پر بلاوجہ تشدد یا انتہائی ناراضگی کی صورت میں اتارنا شروع کر دیتے ہیں۔ بعد میں جب وہ ذرا پرسکون ہوتے ہیں تو انہیں اپنے عمل پر نہ صرف شرمندگی ہوتی ہے بلکہ ان پر پچھتاوے کا حملہ ہو جاتا ہے۔ جس کا مداوا کرنا ان کے بس سے باہر ہوتا ہے۔ کچھ ایسا ہی ہمارے دوست کے ساتھ بھی ہوا۔ جب اس نے اپنے معصوم اور بے گناہ بیٹے کو اس وقت ڈانٹ دیا جب وہ ابو آئے، ابو آئے کا شور مچا کر اپنے ابو سے پیار لینے کے لیے بھاگ پڑا تھا۔ لیکن ابو نے نہ صرف اسے ڈانٹ پلائی بلکہ پٹائی بھی کر ڈالی اور بچہ روتے روتے سو گیا۔ آنسو اس کے گالوں پر خشک ہو چکے تھے۔ والد جب پچھتاوے کا شکار ہو کر بچے کے قریب گیا تو بچے کے رخسار پر خشک آنسو دیکھ کر بے حال ہو گیا۔ وہ اپنے آپ سے ہم کلام ہو کر کہہ رہا تھا۔ سنبیٹا تم اپنی خوبصورت آنکھوں پر پلکوں کی جھالیں گرائے سو رہے ہو۔ آنسو تمہارے رخساروں پر خشک ہو چکے ہیں۔ تمہارا انٹھا سا ہاتھ رخسار تلے دبا ہوا ہے اور خوبصورت بالوں کے گھنگھر و ماتھے پر چپک گئے ہیں۔ چند لمحوں پہلے میں اپنے کمرے میں بیٹھا مطالعہ کر رہا تھا کہ نہ جانے کیوں مجھے ندامت سی محسوس ہونے لگی اور میں مجرموں کی طرح سر جھکائے تمہارے سر ہانے آ پہنچا۔ تم سوچ رہے ہو گے کہ میں نے تم سے کبھی بھی اچھا سلوک نہیں کیا۔ صبح جب تم سکول جانے کے لیے تیار ہو رہے تھے تو منہ ہاتھ دھونے کی بجائے صرف اپنا چہرہ تولیے سے پونچھ لینے پر میں تم سے ناراض ہوا اور اپنے جوتے صاف نہ کرنے پر سزا دی تھی۔ ناشتہ کرتے ہوئے میں نے تمہیں پھر ٹوکا۔ تم میز پر کہیاں نکائے جلدی جلدی کھانا گل رہے تھے۔ جب میں کام پر جانے کے لیے نکلا تو تم نے دروازے سے جھانک کر اپنا چھوٹا سا ہاتھ ہوا میں لہرایا اور پیار سے مجھے اللہ حافظ کہا۔ لیکن میرے ماتھے کے بل جوں کے توں رہے۔

شام کو جب میں واپس آیا تو تم زمین پر گھٹنوں کے بل جھکے، کھیل رہے تھے اور تمہاری جرابوں کے سوراخ صاف دکھائی دے رہے تھے۔ دوستوں کے سامنے میں نے تمہیں برا بھلا کہا اور تمہیں کھیلنے سے منع کر دیا۔ جرابیں مہنگی تھیں، انہیں تم اگر اپنی جب سے خریدتے تو شاید زیادہ عطا رہتے اور پھر تمہیں یاد ہے جب میں اپنے کمرے میں بیٹھا اخبار پڑھ رہا تھا تو تم ڈرتے ڈرتے اندر آئے تھے۔ تمہاری آنکھیں افسردہ تھیں۔ جب میں نے بے صبری سے سر اٹھا کر سوالیہ نظروں سے تمہاری طرف دیکھا تو تم دروازے پر ایک لمبے کے لیے رکے اور پھر تیزی سے دوڑتے ہوئے میری طرف آئے اور میری گردن میں ہانپیں ڈال کر تم نے مجھے چوم لیا۔ تمہارے ننھے ننھے بازوؤں کی گرفت میں ایک انوکھا پیار تھا۔ جسے اللہ پاک نے تمہارے دل میں پیدا کیا اور میری بے توجہی بھی اس کا کچھ نہ بگاڑ سکی۔ تم جا چکے تھے۔ واپسی پر تمہارے قدموں کی چاپ رات کے سناٹے میں صاف سنائی دے رہی تھی اور پھر مجھے ندامت ہونے لگی۔ میری کتنی بری عادت ہے کہ میں تمہیں ہر وقت کسی نہ کسی بات پر ڈانٹتا رہتا ہوں۔ اپنے سے کم عمر ہونے کا کیا میں نے تمہیں یہی صلد دیا ہے؟ انکی وجہ یہ نہیں کہ میں تمہیں پیار نہیں کرتا۔ دراصل میں تمہیں اپنے دور اور زمانے کے پیمانے سے قول رہا تھا۔ تمہاری شخصیت کے تو کتنے ہی خوبصورت پہلو ہیں۔ تمہارا انٹھا سا دل تو کسی وسیع سلسلہ کوہ پر غروب ہونے والے سورج کی طرح عظیم ہے۔ آج رات اور کوئی چیز اتنی اہم نہیں جتنا تمہارا پیار سے میری گردن میں ہانپیں ڈال کر مجھے چوم لینا۔ میں اندھیرے میں تمہارے سر ہانے شرم سے سر جھکائے بیٹھا ہوں۔ تم یہ سب ابھی نہیں سمجھ سکو گے مگر کل سے میں تمہارے لیے ایک مثالی باپ ہوں گا۔ میں تمہارا دوست بنوں گا اور اپنے دل میں دہراتا رہوں گا کہ

یہ تو ابھی بچہ ہے، معصوم ہے۔

تم گھبرائے ہوئے سے، سنے سنائے اپنے بستر پر لیٹے ہو۔

ابھی کل ہی تو تم اپنی ماں کی گود میں تھے۔ اور تمہارا سر اس کے کاندھے سے لگا ہوا تھا۔ لیکن میری توقعات تمہاری استعداد و استطاعت سے بھی بہت زیادہ تھیں۔ آج پھر میں اپنا وعدہ بھول گیا اور تمہیں بلاوجہ نہ صرف ڈانٹ دیا بلکہ ایک چپت بھی رسید کر دی۔ مجھے معاف کر دو میرے بچے آئندہ ایسا نہ ہوگا۔

یہ تحریر توجہ طلب ہے۔ عام زندگی میں ہمارا بچوں کے ساتھ رویہ کم و بیش اسی قسم کا انداز لئے ہوئے ہوتا ہے۔ جن جن باتوں سے اپنے بچے کو روکا ٹوکا وہ اپنی جگہ درست تھا۔ اگر کوئی غلطی تھی تو صرف یہ کہ روکے ٹوکے کا انداز اور رویہ درست تھا۔ اپنے بچوں کی رہنمائی کریں۔ یہ آپ کا بلکہ ہم سب والدین کا فرض ہے۔ اس کے بغیر ہم اپنے بچوں کی بہتر تربیت کا تصور نہیں کر سکتے۔ لیکن بچے غلطیوں کے مرتکب ضرور ہوں گے۔ ان غلطیوں کی نشان دہی اس انداز سے کریں کہ آپ کا بچہ آپ سے خوف زدہ ہونے کی بجائے آپ کو اپنا ہمدرد سمجھے، تاکہ وہ زندگی میں آنے والی نئی نئی اور طرح طرح کی مشکلات پر قابو پانے کے لیے آپ سے رہنمائی حاصل کر سکے۔

آپ کا بچہ ابھی بہت چھوٹا ہے۔ اگر آپ کا رویہ نہ بدلا اور تربیت کا انداز نہ بدلا تو کل جب یہی بچہ جو آج آپ کی گردن میں ہانپیں ڈال کر اور آپ کو چوم کر اپنے پیار کا اظہار کر رہا ہے۔ کل اس کے دل میں آپ کے خلاف نفرت کے جذبات اُسے آپ سے دور ایک ایسے ماحول میں لے جائیں گے جہاں سے اس کی واپسی ناممکن نہیں تو مشکل ضرور ہو جائے گی اور آپ سر پیٹ کر رہ جائیں گے۔ بچوں کی لگام اپنے ہاتھ میں رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ اپنے اندر بچوں سے شفقت کے جذبات کو ابھاریں۔ انہیں پروان چڑھائیں اور بچوں پر نچھاور کریں اور ایسا ماحول پیدا کریں کہ بچہ آپ پر اعتماد کرے۔ آپ پر فخر کرے اور آپ کی بتائی ہوئی راہوں پر بلا خوف و خطر چلتا رہے۔ غلط ماحول اور محافل میں بیٹھنے کی بجائے وہ آپ کے زیادہ سے زیادہ قریب رہنا چاہے اور زندگی بھر آپ کی گردن میں ہانپیں ڈال کر آپ کو چومتا رہے۔ محترم قارئین ارشدہ داروں، پڑوسیوں اور ملنے جلنے والوں کے بچے بھی آپ کی توجہ اور پیار کے مستحق ہیں۔ ان کو نظر انداز مت کیجئے۔ (شکریہ)

## شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی الفاظ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی الفاظ نہ بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔



# ویران صحت، اجر اچہرہ اور تندرستی کی کرن

{ جب ڈاکٹر کے منہ سے یہ لفظ نکلا کہ آپریشن کے بعد دوا بہت دیر سے اثر کرتی ہے تو پریشانی اور بڑھ گئی }

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی نہیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے نام سے)

یانا قابلِ تسخیر ہم۔ روزِ رورِ ذکرِ اللہ سے دعا کرتا۔

ایک دن کیا ہوا کہ ایک پرانے دوست ملے۔ جو 35 سال سے سعودی عرب میں ملازمت کرتے ہیں۔ میری صحت، طبیعت اور بے قراری کو دیکھ کر سب احوال پوچھے۔ جب میں نے اپنا سارا غم بتایا تو کہنے لگے یہ تو کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ میں سابقہ دواؤں کی طرح ان کی بات پر بے یقین رہا۔ خود گئے اور پسناری کی دکان سے ایک پاؤ پیٹھر (جو اچار میں ڈالتے ہیں) اور ایک پاؤ چھوٹی لالچی دونوں کو اکٹھا باریک پھولایا، ڈبے میں محفوظ کر کے میرے پاس لے آئے اور کہا لو پرانی دوستی کے ناطے ایک تحفہ دیتا ہوں۔ استعمال کرو اور انشاء اللہ شفایابی پاؤ۔ میں نے بے یقینی سے ایک چمچ صبح اور ایک شام استعمال کرنا شروع کر دیا۔ چند خوراکیوں سے مجھے محسوس ہوا کہ واقعی میں تندرست ہو رہا ہوں اور صرف دو ہفتے میں نے یہ دوا استعمال کی اور ایسے محسوس ہوا جیسے میں آج تک مریض تھا ہی نہیں۔ میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ میں اس دن بہت خوش تھا۔ ایک بکرا ذبح کیا۔ خوب بہترین پلاؤ پکایا۔ خود بھی کھایا اور اپنے احباب کو کھلایا۔ آج اس لیے میرا چہرہ دمک رہا ہے اور میں خوش ہوں۔

پھر میں نے یہ نسخہ اپنے جیسے اوروں کو دینا شروع کر دیا۔ جس کو بھی دیتا وہی اللہ تعالیٰ کے فضل سے تندرست ہو جاتا ہے، بوا سیر جڑ سے اکھڑ جاتی ہے۔ یقین جانجے بوا سیر بادی یا خونی، مو کے ہوں یا خشک ان سب کے لیے لوگوں نے تصدیق کرنا شروع کر دی۔ جو بھی لیتا دعائیں دیتا۔ پھر لوگوں نے مجھ سے نسخہ پوچھنا شروع کر دیا۔ میں نے کہا میں بنا کر تو دے سکتا ہوں، نسخہ نہیں دے سکتا۔ اب تو عالم یہ ہوا کہ لوگ دور دور سے آنے لگے اور بوا سیر کے علاوہ لوگوں نے اس کے اور فائدے بتانے بھی شروع کر دیے، جو میرے علم میں بھی نہیں تھے۔ مثلاً ایک صاحب کہنے لگے اس دوائی سے اب تک 23 مہینے کے مریض تندرست ہوئے۔ جو انجکشن کا کورس کرنے کے بعد لاکھوں روپیہ لگانے کے بعد بھی لاعلاج تھے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اس کا چہرہ دمک رہا تھا۔ پیشانی چمک رہی تھی۔ انگ انگ سے خوشی چمک رہی تھی اور بار بار مسکرا مسکرا کر وہ ایک بات کہتا تھا، آج بارہ سال ہو گئے ہیں مجھے پھر وہ تکلیف ہرگز نہیں ہوئی۔ ہاں یہ ہے جب میں اس تکلیف کا تصور کرتا ہوں تو میری پیشانی پسینے سے تر ہو جاتی ہے اور اس مرض کا خوف، جلن، دھن کی کیفیت پیدا کرتی ہے کہ میں کانپ جاتا ہوں مگر اگلے ہی لمحے میری پیشانی شکر سے جھک جاتی ہے۔

میری شلوار ہر وقت خون سے تر رہتی تھی۔ سیٹ، موٹر سائیکل اور گاڑی پر سفر کرنا میرے لیے دشوار تھا۔ جب قابض اور بادی چیزیں کھا لیتا، وہ دن میرے لیے نہایت پریشان کن اور مشکل ہوتا۔ کئی لوگوں نے کہا اس بوا سیر کا آپریشن کروالو۔ میں نے اس آپریشن سے بچنے کی بہت کوشش کی لیکن نہ بچ سکا۔ میں نے آپریشن سے بچنے کے لیے دوائیں کھائیں، پرہیز کر کر کے تنگ آ گیا مگر مجبوراً مجھے آپریشن کروانا ہی پڑا۔ بہت سخت اور مشکل مرحلہ تھا۔ کچھ عرصہ احتیاط کی۔ ہاں یہ فائدہ ضرور ہوا کہ میں بالکل تندرست ہو گیا۔ ہر چیز کھانے پینے لگا، خون کا بہنا، اجابت کے بعد جلن اور تکلیف، طبیعت کی نڈھالی، دور ہو کر مرض سے سے اتفاق ہو گیا۔

ایک رات اچانک مجھے پھر اسی تکلیف کا احساس ہوا اور میں ہڑبڑا کر اٹھ بیٹھا۔ ایک دم اسی سابقہ تکلیف کا بھرپور احساس ہوا۔ درد کو ختم کرنے کی دوا تلاش کرنے لگا جو کہ بہت پہلے میں رکھ کر بھول گیا تھا۔ ایک طرف تکلیف اور دوسری طرف دوا کی تلاش۔ پھر کوشش یہ بھی تھی کہ گھردلوں کو تکلیف سے بچالوں۔ میری وجہ سے ان کی نیند خراب نہ ہو۔ بڑی مشکل سے درد ختم کرنے والی دوائیں ملی۔ استعمال کی لیکن فائدہ نہ ہوا۔ جین پیس اور درد بڑھتا گیا۔ ایمرضی میں ایک ڈاکٹر کے پاس پہنچا۔ بوا سیر کے درد نے بے چین کیا ہوا تھا۔ جب ڈاکٹر کے منہ سے یہ لفظ نکلا کہ آپریشن کے بعد دوا بہت دیر سے اثر کرتی ہے تو پریشانی اور بڑھ گئی۔ اب پھر وہی دوائیں، پرہیز اور میری زندگی کی پریشانی۔ یقین جانجے میں زندگی سے عاجز آ گیا۔ وہ بوا سیر تھی یا کوئی ناقابلِ علاج مرض

## زندگیوں پر صحبت کے اثرات

(م۔۔۔۔۔ لاہور)

جو شخص آٹھ قسم کے لوگوں کے پاس بیٹھتا ہے، اللہ تعالیٰ اس میں آٹھ چیزوں کا اضافہ فرماتے ہیں۔

- (1) جو دولت مندوں کے پاس بیٹھتا ہے اس میں دنیا کی محبت اور حرص بڑھ جاتی ہے۔ (2) جو فقراء کے پاس بیٹھتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس میں شکر اور اپنی تقسیم پر رضامندی کا اضافہ فرماتے ہیں۔ (3) جو سلطان کے پاس بیٹھتا ہے۔ اس میں تکبر اور سنگ دلی بڑھتی ہے۔ (4) جو عورتوں کے پاس بیٹھتا ہے، اس میں جہالت، شہوت اور عورتوں کی عقل کی طرف میلان ہوتا ہے۔ (5) جو نابالغ لڑکوں کے پاس بیٹھتا ہے، اس میں غفلت اور مزاح بڑھتا ہے۔ (6) جو فاسق لوگوں کے پاس بیٹھتا ہے، اس میں گناہوں پر دلیری اور جرأت، تو بہ میں سستی زیادہ ہوتی ہے۔ (7) جو صلحاء کے پاس بیٹھتا ہے اللہ تعالیٰ اس میں اطاعت کی رغبت اور حرام سے پرہیز بڑھاتے ہیں۔ (8) جو علماء کے پاس بیٹھتا ہے۔ اللہ اس میں تقویٰ اور علم بڑھادیے ہیں۔

### انتظار کرو

حضرت ابو ہریرہؓ روایت ہے کہ رسالت مآب ﷺ نے فرمایا: (1) جب خدائی مال کو اپنی ملکیت سمجھا جانے لگے گا۔ (2) امانت کو مالی غنیمت اور زکوٰۃ کو ٹیکس سمجھا جانے لگے گا۔ (3) علم دنیا کمانے کے لیے حاصل کیا جائے گا۔ (4) مرد بیوی کے فرماں بردار اور ماں کے نافرمان ہو جائیں گے۔ (5) باپ کو غیر اور دوست کو اپنا سمجھیں گے۔ (6) مسجدوں میں شور ہونے لگے گا۔ (7) سرداری اور قوم کی نمائندگی بد معاشوں کو ملے گی۔ (8) قوم کا لیڈر سب سے بڑا کمینہ ہوگا۔ (9) آدمی کی عزت اس کے شر کے ڈر سے کی جائے گی۔ (10) گانے والیوں اور باجے کا رواج عام ہو جائے گا۔ (11) شراب پی جانے لگے گی۔ (12) ناخلف لوگ سلف صالحین کو برا بھلا کہنے لگیں گے۔

### تو انتظار کرو ایسے وقت میں

☆ سرخ آنندھیوں کا ☆ زلزلوں کا ☆ زمین میں دھنساے جانے کا ☆ چہرے بگاڑے جانے کا ☆ آسمان سے پتھر برسنے کا ☆ اور مسلسل آنے والے عذابوں کا گویا ایک تیغ (لڑی) ہے جس کا دھاگہ ٹوٹ گیا ہے اور دانے جلدی جلدی گر رہے ہیں۔ (مشکوٰۃ شریف، ترمذی شریف)

## نئی نسل کے سلگتے اور اُجھتے مسائل

قارئین زیر نظر تحقیق مثبت ذہن کے ساتھ شائع کی جا رہی ہے۔ لڑکے، لڑکیاں اور والدین بھی ضرور پڑھیں کیونکہ یہ تحریر وقت، معاشرہ اور اخلاق کی اشد ضرورت ہے

نوع انسان کا نام و نشان نہ ہوتا۔ آپ کے لیے یہ مشاہدہ نیا نہیں کہ بچہ جب اپنے پاؤں پر چلنے لگتا ہے تو وہ چین سے نہیں بیٹھتا اونچی جگہ چڑھنے اور اپنے جسم سے بھی زیادہ وزنی چیزیں اٹھانے کی کوشش کرتا ہے اور وہ کسی خطرے کو خاطر میں نہیں لاتا۔ اس کے اندر فرار اور تساہل جیسے رجحانات، گھر کا ماحول پیدا کرتا ہے۔ چنانچہ جب بھی اسے ایسے خطرے اور کسی ایسی حقیقت کا سامنا ہوتا ہے جس کے متعلق اسے قبل از وقت آگاہ نہیں کیا جاتا، وہ راہ فرار اختیار کر لیتا ہے اور تصوروں کی دنیا میں پناہ لیتا ہے۔

ہم جن نو نہالوں کا تجزیہ اور علاج پیش کر رہے ہیں، وہ حقائق سے بھاگے ہوئے ہیں۔ وہ تصوروں میں اپنی دنیا آباد کیے ہوئے ہیں یا واپس بچپن میں چلے گئے ہیں۔ اپنے آپ کو فریب دینے کی کوشش نہ کریں کہ ایسا بچہ شاید کوئی کوئی ہوگا۔ ہمارے ہاں نوے فی صد سے زیادہ بچے زندگی کی حقیقی راہوں سے ہٹکے ہوئے ہیں۔ انہیں گمراہ کرنیوالے خود ان کے اپنے والدین اور ان کے سکولوں کے اساتذہ ہیں اور معاشرتی احوال و کوائف کا بھی نمایاں عمل دخل ہے۔

**انسانی زندگی میں کامل رہبر کی ضرورت:** والدین اور اساتذہ کو ان کی ذمہ داریوں سے آگاہ کرنے اور خطرات سے خبردار کرنے سے پہلے ہم اس الجھن کی وضاحت پیش کرنا چاہتے ہیں جس نے ساری ہی نئی پود کو گمراہ اور پریشان کر رکھا ہے۔ وہ سبب ہیں، کہتے نہیں۔ انہیں کوئی رہبر نہیں ملتا، کوئی خضر راہ ان کا ہاتھ تھام کر انہیں اس راہ پر نہیں ڈالتا جو قدرت نے انسان کے لیے متعین کی ہے۔ ہمیں نو نہالوں (لڑکوں اور لڑکیوں) کے خطوط ملتے رہتے ہیں جن میں وہ اپنی الجھن کو وضاحت سے بیان کرتے ہیں۔ گزر رہے ہوئے چودہ برسوں میں ہمیں کم و بیش پانچ لاکھ ایسے خطوط مل چکے ہیں اور یہ سلسلہ اسی رفتار سے جاری ہے۔ وہ اپنی اس الجھن کو الجھن نہیں، مرض لکھتے ہیں۔ ان کی نگاہ میں یہ مرض لا علاج اور پراسرار ہے۔ ہر ایک کے مرض کی علامات یہ ہیں: (1) جسم بے جان ہو جاتا ہے (2) دل پر گھبراہٹ اور خوف طاری رہتا ہے (3) دماغ ماؤف ہو جاتا ہے (4) دنیا اور زندگی سے نفرت ہو جاتی ہے (5) موت سر پر کھڑی محسوس ہوتی ہے (6) مر جانے کو جی چاہتا ہے۔ (7) موت سے ڈرتا ہے۔ (8) پڑھنے کا شوق ہے مگر پڑھنے کو جی نہیں چاہتا۔ سوچنے اور فیصلہ کرنے کی قوت ختم ہو جاتی ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

**بچپن میں بلوغت پر انقلابی تبدیلیاں:** لڑکیوں کی بلوغت تو ایسی انقلابی ہوتی ہے کہ اکثر بچیاں گھبرا جاتی ہیں مگر انہیں بتانے والا کوئی نہیں ہوتا کہ قدرت کا ایک کرشمہ رونما ہو رہا ہے اور خدائے ذوالجلال اسے مکمل انسان بنا رہا ہے۔ عمر کا یہ حصہ جو لڑکپن اور جوانی کا سنگم ہوتا ہے، دورا ہاں جاتا ہے جہاں آکر بچہ زندگی کے حقائق کو سامنے کھڑا دیکھتا ہے۔ ہمارے ہاں کوئی بھی بچہ ان حقائق سے خبردار نہ کیا گیا ہو تو یہ کرنے کے لیے تیار نہیں ہوتا کیونکہ بچوں کو تیار کیا ہی نہیں جاتا۔ پاکستان کے اوسط درجہ گھرانوں میں بچوں سے توقع رکھی جاتی ہے کہ وہ جلدی جلدی بڑے ہوں اور کہیں کوئی کام دھندا ڈھونڈ کر چار پیسے کمالائیں۔ انہیں جتنی طور پر جوانی کے لیے قبل از وقت تیار نہیں کیا جاتا مگر انہیں یہ احساس ضرور دلا دیا جاتا ہے کہ اب تم بچے نہیں ہو۔

بچہ آسانی سے بچپن کی محفوظ اور بے فکر زندگی سے دستبردار نہیں ہوا کرتا۔ چنانچہ جب وہ ذاتی طور پر تیار ہوئے بغیر اس مقام پر پہنچتا ہے جہاں اسے کہا جاتا ہے کہ اب تم بچے نہیں ہو تو وہ ایسے دورا ہے پر سراپا سوال بن کر کھڑا ہو جاتا ہے جہاں سے ایک راستہ فرار کا بھی نکلتا ہے۔ بیشتر بچے اسی راہ پر چل نکلتے ہیں اور وہ تصوروں میں بچے بن جاتے ہیں۔ بعض نو نہالوں پر خاموشی طاری ہو جاتی ہے اور بعض منہ زور ہو جاتے ہیں۔ الجھن دونوں کی ایک ہی ہوتی ہے، رد عمل میں فرق ہوتا ہے۔ یہ ان اثرات کا نتیجہ ہوتا ہے جنہیں بچہ بچپن سے ذہن لاشعور میں جمع کرتا چلا آتا ہے۔ اس کی ذمہ داری والدین اور اساتذہ پر عائد ہوتی ہے۔

**انسان فطرتاً پرہیزگار:** کہا جاتا ہے کہ انسانی فطرت تن آسانی، ہنسی، بیجاں اور فرار کی طرف زیادہ مائل ہوتی ہے۔ بعض نام نہاد مفکروں اور فلسفیوں نے اسے ایک اہل حقیقت بنا رکھا ہے۔ ہمیں اس سے اتفاق نہیں۔ یہ حقیقت نہیں بلکہ مفروضہ ہے۔ اصل حقیقت یہ ہے کہ انسان فطری طور پر پرہیزگار اور خطرات پسند ہوتا ہے اگر انسان فطرتاً ہنسی، بیجاں اور تساہل کو پسند کرتا تو آج کرۂ ارض پر صرف درندے آباد ہوتے، بنی

طب و نفسیات پر مضامین کی اشاعت: جب سے ہم نے ”ماہنامہ عبقری“ میں روحانیت، طب و نفسیات کے بارے میں لکھنا شروع کیا ہے، ہمیں نو جوانوں کے خطوط مل رہے ہیں۔ ہر کسی کے انداز تحریر میں فرق پایا جاتا ہے لیکن الجھن سب کی ایک ہے اور ہر کوئی اپنے آپ کو ایسے مرض کا مریض بنائے بیٹھا ہے جو اس کی نگاہ میں پراسرار اور لا علاج ہے۔ یہ بات خاص طور پر ذہن میں رکھیں کہ ہمیں جن نو جوانوں کے خطوط مل رہے ہیں، ان کی عمر پندرہ سے بائیس سال کے درمیان ہے۔ بڑی عمر کے لوگوں کے بھی خطوط آتے ہیں۔ ان میں اکثر و بیشتر کئی کئی بچوں کے باپ ہیں۔ وہ بھی انہی الجھنوں میں مبتلا ہیں، جن میں نو جوان گرفتار ہیں۔ یہ بھی پیش نظر رکھیں کہ نو جوانوں میں صرف لڑکے نہیں، لڑکیاں بھی شامل ہیں، یعنی ان مضامین سے لڑکیاں بھی استفادہ حاصل کر سکتی ہیں۔ ذہن بالغ ہونے سے گریز کرتا ہے: نفسیاتی الجھنیں، جن کا منبع بچپن ہوتا ہے، اس عمر میں تلخ حقائق یا مسعے سے بن کر سامنے آتی ہیں۔ جب لڑکپن نو جوانی میں مدغم ہو رہا ہوتا ہے، عمر کا یہ حصہ سب سے زیادہ نازک اور خطرناک ہوتا ہے۔ چودہ پندرہ سال کی عمر کو پہنچ کر بچہ اپنے جسم میں تبدیلیاں محسوس کرنے لگتا ہے۔ یہ تبدیلیاں سولہ سال کی عمر میں نمایاں ہو جاتی ہیں۔ لڑکوں میں جسمانی تبدیلیاں اتنی زیادہ نہیں ہوتیں جتنی لڑکیوں کی۔ قدرت بچے کو بلوغت کے دور میں داخل کر رہی ہوتی ہے۔ قدرت کے اس انقلاب کو ظہور پذیر ہونا ہی ہوتا ہے۔ جسمانی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ احساسات اور جذبات میں بھی الجھل پھا ہو جاتی ہے۔ سوچوں کا انداز اور زاویہ بدل جاتا ہے۔

جسم تو بالغ ہو جاتا ہے، ذہن بالغ ہونے سے گریز کرتا ہے۔ لہذا ذہن جسم کا ساتھ چھوڑ دیتا ہے۔ جسم اور ذہن کی اس لاتعلقی کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ بچہ ان جسمانی تبدیلیوں کو ایک معصوم سمجھ کر والدین سے ان کے متعلق پوچھنا چاہتا ہے لیکن شرم و حجاب کی وجہ سے اور والدین اور بچوں کے درمیان بے تکلفی کے فقدان کی وجہ سے پوچھ نہیں سکتا ہے۔

# قارئین کے سوال قارئین کے جواب

☆ عرصہ دراز سے ایک مسئلہ ہے جس کے لیے پریشانی ہوتی ہے کہ جب بھی بچہ پیدا ہوتا ہے۔ دودھ بالکل نہیں ہوتا، بچہ بھوک سے غمگین ہو کر رہتا ہے۔ لاکھ کوشش کے باوجود دودھ چھاتیوں میں نہیں ہوتا قارئین سے درخواست ہے کہ کوئی آزمودہ تجربہ روحانی یا جسمانی بتائیں۔

☆ (رفعت ناز۔ کوٹ مومن)

☆ ایک دفعہ ڈاکٹری دوائی کھائی اور وہ الٹی پڑ گئی۔ بس وہ دن ہے اور آج کا دن سینے میں جلن، تیزابیت ہے۔ کھانا چاہے جتنا بھی پرہیزی کھا لوں، ہر حال میں تیزابیت ضرور ہوتی ہے۔ زندگی سے تنگ اور عاجز ہو گیا ہوں۔ آخر تھک ہار کر ماہنامہ عبقری کے قارئین کی طرف رجوع کر رہا ہوں۔

☆ (اعجاز احمد۔ مورسندھ)

☆ یہ اس دور کی بات ہے جب میں فلج کے ایک ملک العین میں ملازمت کے سلسلے میں تھا۔ میرے پاؤں پر کام کے دوران چوٹ لگی پہلے تو محسوس نہ کیا لیکن کچھ عرصے کے بعد سوجن ہو گئی اب وہ سوجن کسی بھی دوا سے ختم نہیں ہوتی۔

☆ (محبوب الرحمن۔ مالاکنڈ)

☆ میرے تمام بچے آپس میں لڑتے ہیں۔ دن رات جنگ رہتی ہے۔ بعض اوقات بچے ایک دوسرے کو ڈنکی کر دیتے ہیں۔ ابھی پچھلے دنوں گھر میں مہمان آئے تو بچوں نے ان کی بھی بے عزتی کر دی۔ بہت پریشان ہوں کوئی وظیفہ یا عمل بتائیں۔

☆ (صیب عرفان۔ اوکاڑہ)

☆ میرے پاس ایم۔ اے کی ڈگری ہے۔ ساتھ کمپیوٹر کورسز بھی بہت کیے ہوئے ہیں بہت جگہ نوکری کی کوشش کی لیکن ناکام۔ کاروبار کیا لیکن بالکل زیرو۔ تھک ہار کر خوشی کا سوچتا ہوں لیکن آخرت کیسے برباد کر سکتا ہوں (عبدالرحمن۔ ملیر کراچی)

## ماہ نومبر 2007 کے بقیہ جوابات

داعی قبض اور خشکی کا حل (عکیم شیداء۔ قصور)

جواب نمبر 1: مغز بادام 50 گرام، سناسکی مصفی 50 گرام، سونف 25 گرام، ملٹھی مقرر 25 گرام، چینی 100 گرام، الگ الگ کوٹ کر چھان کر سب کو ملا دیں۔ ایک پیچ اندازاً 10 گرام رات سوتے وقت تازہ یا نیم گرم پانی (بقیہ صفحہ نمبر 8 پر)

# تہجد کے وقت جاگنا، مایوسی کے مرض کا علاج

دین اسلام میں جسم اور روح کی غذا کا ساتھ ساتھ انتظام کیا گیا ہے۔ صبح کے وقت ناشتہ کر کے جسم کو غذا دیتے ہیں اور فجر کی نماز پڑھ کر روح کو قوت بخشتے ہیں

کی نماز کی رکعتیں زیادہ ہوتی ہیں۔

## امراض قلب سے بچاؤ

دل کے ماہر ڈاکٹر صاحبان نے کئی سالوں کی محنت کے بعد ایک ورزش دریافت کی ہے جس سے دل کے امراض کم ہو جاتے ہیں اور یہ ورزش نماز سے ملتی جلتی ہے۔ جب ہم قیام کرتے ہیں تو جسم کے نچلے حصے کو خون زیادہ ملتا ہے اور جب ہم رکوع میں جاتے ہیں تو درمیانی حصے کو فائدہ ہوتا ہے اور جب ہم تہجد سے میں جاتے ہیں تو جسم کے اوپر والے حصے کو زیادہ خون ملتا ہے۔ لہذا نماز کے دوران جسم کے ہر حصے کو موزوں مقدار میں خون میسر ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے کئی بیماریاں مثلاً دل کے امراض کم ہو جاتے ہیں۔ مشاہدے کی بات ہے کہ عابد لوگ اکثر نحیف ہوتے ہیں لیکن اس کے باوجود ان کے دل قوی ہوتے ہیں اور وہ دل کے امراض میں کم مبتلا ہوتے ہیں۔

## افادات نوری

ذیل میں قابل صد احترام ڈاکٹر نور احمد نور صاحب پروفیسر آف میڈیسن نشتر میڈیکل کالج ملتان، کی نماز پر تحقیق پیش ہے۔

## نماز تہجد کا فائدہ

مایوسی یعنی ڈپریشن (Depression) کے امراض کا علاج مغربی ڈاکٹروں نے ایک اور دریافت کیا ہے۔ یہ بات مجھے خیر میڈیکل کالج کے ماہر نفسیات نے بتائی۔ مغربی ممالک کے ڈاکٹروں نے دیکھا کہ جو مسلمان تہجد کے وقت جاگتے ہیں انہیں مایوسی کا مرض نہیں ہوتا۔ چنانچہ انہوں نے سوچا کہ تہجد کے وقت جاگنا، مایوسی کے مرض کا علاج ہے۔ علم نفسیات (Pscychology) کے ماہرین نے مایوسی کے مریضوں پر یہ تجربہ کیا۔ انہوں نے مایوسی کے مریضوں کو تہجد کے وقت جاگنا شروع کیا۔ یہ مریض جاگ کر کچھ پڑھ لیتے تھے اور پھر سو جاتے تھے۔ یہ معمول جب کئی مہینے تک مسلسل جاری رکھا گیا تو مایوسی کے مریضوں کو بہت فائدہ ہوا اور وہ دواؤں کے بغیر ٹھیک ہو گئے۔ چنانچہ اس مغربی ڈاکٹر نے یہ نتیجہ اخذ کیا کہ آدھی رات کے بعد جاگنا مایوسی کے مریضوں کا علاج ہے۔

## پانچ وقت نماز پڑھنے کی وجہ

تقریباً ہر مذہب کے پیروکار مانتے ہیں کہ انسان جسم اور روح کا مرکب ہے۔ جسم کی غذا زمین سے نکلنے والی خوراک ہے اور روح کی غذا نماز ہے۔ دین اسلام میں جسم اور روح کی غذا کا ساتھ ساتھ انتظام کیا گیا ہے۔ صبح کے وقت ناشتہ کر کے جسم کو غذا دیتے ہیں اور فجر کی نماز پڑھ کر روح کو قوت بخشتے ہیں۔ دوپہر کا کھانا کھا کر جسم کو قوت ملتی ہے اور ظہر کی نماز پڑھ کر روح کی غذا کا سامان بن جاتا ہے۔ عصر کی نماز ڈھلتے دن کے بعد مزید روح کیلئے تقویت کا باعث بنتی ہے۔ چونکہ شام کے وقت کئی لوگ کھانا زیادہ کھا لیتے ہیں اس لئے عشاء

## ریقان سے چھٹکارا (محمد یونس قادری۔ خٹوا دم)

جو کھار، ریونڈ چینی، زیرہ سفید، وزن کا سفوف بنا کر نصف چمچ تین وقت بکری کے دودھ کی لسی سے کھلائیں۔ اکسیر جگر ہے بطور مدد یہ قول فرمائیں۔

## فوائد

جس نسخے کے متعلق استفسار فرمایا ہے وہ جگر کے ہر مرض کے لیے اکسیر ہے خواہ ریقان A ہو یا B ہو یا C ہو اس کے علاوہ معدہ کی اصلاح کرتا ہے۔ سینے کی جلن، پاؤں کی جلن، پکڑے آنے میں بھی مفید ہے۔

## سیلان الرحم کے لیے مجرب:-

5 کلو کے کچھوے کا پیٹ چاک کر کے ایک کلو ابرک کالا اس میں بھر دیں۔ 5 من اوپلوں کی آگ دیں۔ ابرک کشتہ ہو گا۔ اکسیر سے ایک کلو کھنکھن سے صبح نہا دیں۔ 7 لکھ ساری زندگی کے لیے کافی ہیں۔ 7 پشتوں میں سیلان الرحم نہ ہوگا۔ جریان، احتلام، سیلان الرحم کے لیے اکسیر ہے۔



# جنات سے سچی ملاقاتوں کے حیرت انگیز واقعات

لوگ اور خاص کر عورتیں بہت حیران ہو کر پوچھتیں کہ بڑی اماں کیا بات ہے آخر اتنا سوت آپ کہاں سے لاتی ہیں؟

**قارئین! آپ کا کبھی کسی پراسرار چیز یا کسی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں ٹوک پلک ہم خود سنوار لیں گے**

**پراسرار واقعہ** (نازش طارق رحمانی۔۔۔ لاہور)

محترم جناب حکیم صاحب السلام علیکم!  
اللہ تعالیٰ کی رحمت آپ پر ہو۔ میں جو مسئلہ لکھنے لگی ہوں مجھے نہیں معلوم کہ اس کو کس سلسلے کے اندر لکھوں کہ نہ تو جادو جنات سے ملاقات کا شائبہ ہے اور نہ جادوؤں کا۔ اس لیے جہاں مناسب سمجھیں، شامل کر لیں اور اس کو رسالے میں شائع کریں۔ عرض ہے کہ ایک دن میں اپنے بھائی کے ساتھ کمرے میں بیٹھی تھی۔ میں اچانک کچھ الماری سے لینے کے لیے اٹھی اور پھر جب مزی تو مجھے لگا کہ میرے ارد گرد دھیر سارے چمچر وغیرہ ہیں۔ جن کو بے خیالی میں ہاتھ وغیرہ مارنے پر بھی کوئی فرق نہ پڑا۔ جب میں نے غور کیا تو دیکھا کہ سنہری رنگ کے پانی کے قطرے نما آرہے ہیں۔ وہ عین درمیان میں جا کر غائب ہو جاتے ہیں۔ ایسے لگتا تھا جیسے بارش ہو رہی ہو اور کافی بھلے لگ رہے تھے۔ ان کی Density بھی پانی کی طرح لگتی تھی۔ وہ نہ تو سراسر تھے کہ پلک جھپکنے سے غائب ہو جاتے یا جگہ بدلتے۔ نہ ہی کوئی نظر کا مسئلہ تھا۔ میں ایک ایک قطرے کو اپنی آنکھوں سے دیکھ رہی تھی کہ یہ کہاں سے آیا ہے اور درمیان میں ختم ہو جاتا ہے۔ میں کافی دیر دیکھتی رہی (اتنی دیر تک کہ ذہن بھی قبول کرے) پھر آہستہ آہستہ وہ ختم ہوتا شروع ہو گئے اور دیکھتے ہی دیکھتے دو، پھر ایک رہ گیا، پھر ختم ہو گئے جیسے بارش ہو۔

اس کے بعد میں نے اپنے بھائی کو دیکھا تو وہ مجھے پریشان ہو کر دیکھ رہا تھا کہ اچانک میں کیوں چپ ہو کر Still ہو گئی ہوں اور کیا دیکھ رہی ہوں (یعنی یہ صرف مجھے نظر آئے تھے) اسکے بعد تو ایسا کبھی نہیں ہوا۔

**جنات سے سچی ملاقات** (معرفت ملک نوید اعوان)

کافی عرصہ پرانی بات ہے میری بھابھی کی دادی اماں جو کہ دائی والا کام کرتی تھیں۔ بہت ملنسار اور نرس کچھ عورت تھی۔ دن کے وقت گھر کے کام اور (چرخہ) یعنی سوت کا تھی اور رات کو نفل نماز پڑھتی، کافی عبادت گزار تھی۔ کھرے اور ایمان والے لوگ تھے۔ ایک دن کیا ہوا کہ وہ رات کو نماز وغیرہ پڑھ کر سونے لگی تو دروازے پر دستک ہوئی اور ایک

سفید کپڑوں والا شخص اندر آیا انہوں نے حال پوچھا۔ جب بیٹھنے کو کہا تو وہ پریشان ہو کر بولے کہ اماں جی مہربانی فرمائیں ذرا میرے گھر چلیں میری گھر والی کو تکلیف ہے آپ جلدی جلدی میرے ساتھ چلیں۔ سادے لوگ تھے، بغیر کسی جیل و حجت کے وہ ساتھ چلی گئیں۔ چلتے چلتے جب وہ لوگ کافی دور جنگل میں پہنچے تو انکی عورت جو درودہ میں جلتی تھی، بڑی اماں نے انکا علاج وغیرہ کیا۔ اللہ کے کرم سے پہلا بچہ پیدا ہوا، پھر دوسرا، پھر تیسرا۔ لیکن وہ بوڑھی اماں حیران تو تب ہوئیں جب وہ شخص بچوں کو اٹھا کر رکھ کر (بھوڑتا) یعنی الٹ پلٹ کر کے، پاس ہی آکھتا تھا اس میں پھینکتا جاتا۔ یہ منظر دیکھ کر دادی اماں پہچان گئی کہ یہ انسان نہیں، جن ذات کے لوگ ہیں اور میں بڑی غلطی کر بیٹھی جو رات گئے اس کے ساتھ آگئی۔ اب وہ جن بھی پہچان گیا کہ بڑی اماں پریشان ہو گئیں۔ کافی حوصلے دینے لگا کہ ڈرو نہیں آپ نے ہم پر بڑا احسان کیا ہے جو ہم عمر بھر نہیں اتار سکتے۔ مانگو جو مانگنا ہے۔ لیکن بڑی اماں کی ایک ہی بات تھی کہ آپ کی مہربانی، آپ مجھے گھر پہنچائیں۔ اب جن نے کہا کہ آنکھیں بند کرو۔ انہوں نے آنکھیں بند کیں جب آنکھ کھولی تو اپنے کمرے کے اندر تھی۔ اس جن نے جب دیکھا کہ اماں جی سوت سے دلچسپی رکھتی ہیں تو خود ہی ایک کبھی ان کو دی کہ یہ پاس رکھ لو اور اس کا ذکر کسی سے نہ کرنا۔ انشاء اللہ تمہارا کام بن جائے گا وہ جب تک زندہ رہیں، ان کے کمرے سے سوت ختم نہ ہوتا تھا۔ لوگ اور خاص کر عورتیں بہت حیران ہو کر پوچھتیں کہ بڑی اماں کیا بات ہے آخر اتنا سوت آپ کہاں سے لاتی ہیں تو آخر کار ایک دن انہوں نے یہ کہانی انہیں سنا کر مطمئن کر دیا۔ یہ بالکل سچا واقعہ اور حقیقت ہے۔ پہلے والے لوگ سچے اور خلوص ایماندار تھے اور دوسروں کی خدمت کرنا اپنا فرض سمجھتے تھے۔

## اہم علان

قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے مئی آرڈر/وی پی فیس -50/- روپے کر دی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

(بقیہ: قارئین کے سوال، قارئین کے جواب)

کے ساتھ کھائیں۔ موسم سرما میں نیم گرم پانی ضروری ہے مگر یوں میں تازہ سادہ پانی یعنی برف والا نہ ہو۔ مقدار کو کم یا زیادہ ضرورت کے مطابق کر سکتے ہیں۔ چھوٹے بچے جو دو تین سال کے ہوں، قبض کو دور کرنے کے لیے ضرورت کے مطابق پانی یا دودھ میل کر کے دیں۔ 60F:30 یوم متواتر کھائیں۔ بے ضرر اور معدے و جسمانی قوتوں کے لیے بہت مفید ہے۔

جواب نمبر 2: حرارت خون: کربوں کا لگنا ہے کاربہ کیونکہ تکلیف و مرض کا تعلق خون اور معدے سے ہے۔ دوا کا کھانا بہت ضروری ہے۔ منڈی بولی 15 دانے، سر بھونکا 100 گرام، عنب ایرانی 10 دانے، ایک گلاس میں نیم گرم پانی 250 لیٹر میں رات کو بھگو دیں۔ صبح کو پلکا سا جوش دے کر اتار کر ٹھنڈا کر کے چھان کر اور گڑ بقدیرے ضرورت ملا کر پی لیں۔ ناشتہ ایک گھنٹہ بعد کریں۔ دو تین ہفتے پینے سے انشاء اللہ تعالیٰ سکون ہو جائے گا۔

چہرے پر خالص دودھ کی مالش کریں یا سین ایک چمچ، دانا مندیم ایک چمچ دودھ سے گوندھ کر پتلا پیر رساروں پر کریں۔ دو گھنٹے بعد پانی سے دھو لیں، صابن نہ لگائیں بلکہ تھوڑا سا سین پانی میں گھول کر منہ پر مل کر دھو لیں۔ چہرہ خشک کی طرح صاف ہو جائے گا۔

کثرت چائے، انڈے، روٹ، گوشت مرغاد وغیرہ سے پرہیز کریں۔ جواب نمبر 3: استغفار رکھ کر شریف اور درود شریف کی ایک ایک تسبیح نماز فجر اور نماز مغرب کے بعد پڑھ کر اور کریم سے دعا کریں۔ دیگر انشاء اللہ و انا للہ و انا الیہ راجعون بھی ایک تسبیح پڑھ لیا کریں۔ اللہ کریم اپنے کام پاک کے فضل کر فرمائیں گے۔

جواب نمبر 4: سونف بریاں 100 گرام، دھنیا خشک بریاں 25 گرام، الائچی دانہ کلاں بریاں 25 گرام، ہشاش 50 گرام اور ملٹھی مقشر الگ الگ کوٹ کر سفوف بنالیں۔

مصری کوڑہ یا جینی جیس کریم وزن ملا دیں۔ دو چمچ بڑے اندازہ 10 گرام صبح ناشتہ کے بعد، دو پہر و رات کھانے کے بعد پانی کے بغیر پانی کے ساتھ کھائیں۔ بچوں کو عمر کے مطابق کھائیں۔ پانی کھانے سے قبل تھوڑا سا پی لیں، بعد میں نہ پییں۔ ٹھنڈے پانی، ہر قسم کے مشروبات، بوجھ، لوک وغیرہ سے پرہیز کریں۔ ایک گلو دودھ میں ابلتے وقت 10 گرام اور کھلے کر کے ڈال دیں۔ اور کو چپا کر کھالیں اور دودھ نیم گرم پی لیں۔ اللہ کریم صحت و تندرستی عطا فرمائیں گے۔ ایک بات نوٹ کریں کہ کوئی بھی چیز کھانے سے قبل بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھ لیا کریں۔ کھانے کے بعد الحمد للہ پڑھ لیں۔ انشاء اللہ شفا ہو جائیگی۔

## کراچی اور راولپنڈی میں ادویات

حکیم صاحب کی تمام ادویات کراچی اور راولپنڈی سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ رابطہ کے لیے موبائل نمبرز:  
(1) کراچی کے لیے رابطہ: 0300-3218560  
(2) راولپنڈی کے لیے رابطہ: 0333-5648351  
051-5539815

# ورزش سے اپنے حسن میں نکھار پیدا کریں

جلد میں جھری اور کھال کا لٹک جانا عضلات کے ڈھیلے اور ست ہو جانے کا نتیجہ ہوتا ہے

اگر آپ شروع سے ورزش کرتی رہیں ہوتیں تو ایسا نہیں ہوتا (تحریر: شتیق خان۔ بہاولپور)

## ورزش سے بدن کے انداز کو درست کیجئے

ایک عورت چلتے چلنے میں جسم کو جس طرح حرکت دیتی ہے اس سے اس کے متعلق بہت کچھ ترجمانی ہوتی ہے۔ چلتے کی نرم چلک دار خوبصورت وضع جسم کے آرام سے ہونے اور اس کے افعال کی صحت کی دلیل ہے۔ چلتے سے اس کو راحت ملتی ہے۔ وہ چلتے ہوئے اچھی لگتی ہے اور بے تکان قدم دھرتی چلی جاتی ہے۔ اس کا دماغ اپنے جسم کی فکر سے آزاد ہوتا ہے اور پورے اطمینان سے اپنی توجہ دوسرے امور پر مرکوز کر سکتی ہے۔ دیکھتے ہوئے جسم کی چال اور بدن کی بے ڈھب "ڈھال" سندرستی کی نفی کرتی ہے۔

آپ کس طرح چلتی پھرتی ہیں؟ جب آپ کرسی سے اٹھتی ہیں تو کیا آپ کے گھٹنے چرچاتے ہیں؟ کیا آپ سے پھرتی اور جستی کے ساتھ اٹھا بیٹھا نہیں جاتا یا آپ لڑکھاتی ہوئی اور بوڑھوں کی طرح سنبھلتی ہوئی چلتی ہیں۔ گھٹنوں کے جوڑ کے چرچانے کے اگرچہ بہت سے اسباب ہو سکتے ہیں، لیکن ورزش سے اس میں بہت کچھ فرق پڑ سکتا ہے۔ تو پھر آپ کیوں نہ اپنے دل و دماغ کو ہر وقت کی اذیت سے محفوظ رکھیں۔ ایسی چلک پیدا کر لینا کوئی مشکل نہیں ہے کہ آپ آسانی سے اٹھ بیٹھ سکیں اور جھک سکیں اور چلتے وقت راحت اور خوشی محسوس کریں۔ اس کی کلید عمود شوکی (ریڑھ کے مہروں کے ستون) میں ہے۔ ریڑھ کے ستون کی پختی اور چلک پر ہی آپ کے بدن کی حرکات کی آسانی اور دشواری کا انحصار ہے۔ اگر آپ نے اس طرف سے غفلت برتی تو آپ کو بعد میں بہت زیادہ دکھ اور تاسف ہوگا۔

ریڑھ کی چلک کو بڑھانے کے لیے ایک ورزش آسان ترین اور نہایت ہی فائدہ مند ہے۔ اس کو روزانہ صبح صرف ایک منٹ میں کیا جاسکتا ہے۔ اس ورزش سے آپ کا سارا بقیہ دن

حرکت دیتے ہوئے سامنے اور درمیان میں لا کر اصلی پوزیشن پر لوٹ آئیے۔ اپنے بائیں بازو کو ڈھیلا کر کے پہلی پوزیشن یعنی داہنی ٹانگ پر رکھ لیجیے جو حسب سابق اب سامنے کی طرف پھیلی ہوئی ہے۔ تھوڑی دیر سٹائیے اور اسی ورزش کو دوسری ٹانگ پر دوہرائیے۔

ادھیڑ عمر میں گوشت کو ڈھیلا نہ ہونے دیجیے

کمر کی حالت چہرے کی طرح عمر کو افشا کرتی ہے۔ جب ریڑھ کا تناؤ اور کھچاؤ کم یا زائل ہو جاتا ہے تو جسمانی حرکات ست ہو جاتی ہیں اور بدن میں جستی اور پھرتی نہیں رہتی، جوڑوں میں پختی آ جاتی ہے، مونڈھے جھک جاتے ہیں اور کمر پھیل جاتی ہے۔ شانوں کے گرد فالٹو گوشت اور چربی کی تہیں چڑھنے لگتی ہیں، اور بدن میں پہلے کی سی چلک باقی نہیں رہتی۔ سارے بدن کا حلیہ بگڑ جاتا ہے اور وہ دیکھنے لگتا ہے اور پورے جسم پر فالٹو چربی اور گوشت کا اثر پڑتا ہے۔

جلد میں جھری اور کھال کا لٹک جانا عضلات کے ڈھیلے اور ست ہو جانے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اگر آپ شروع سے ورزش کر رہیں ہوتیں تو ایسا نہیں ہوتا، لیکن ادھیڑ عمر میں آپ کو اس کا احساس ہو جائے تو آپ اس کا تدارک کر سکتی ہیں یا کم از کم مزید خرابی کو روک سکتی ہیں۔ یاد رکھیے کہ آپ کے جسم کا خاص سہارا کمر اور پشت کے مہرے ہیں۔ علاوہ بریں سیدھے کھڑے ہونے کے لیے پسیلوں کے بنجرے کو بھی سیدھا استاد ہونا چاہیے۔ اس بنجرے کے لٹک جانے سے پشت پر کھنچاؤ ہوتا ہے اور شانے جھک جاتے ہیں اور ایسی ہیبت شکم کو باہر کی طرف ابھار دیتی ہے، اور بدنام تو نہ جسم کے بہت سے کاموں میں حارج ہوتی ہے۔ اس کے باہر نکل آنے سے سانس جلد پھولتا ہے۔ پسیلوں کے بنجرے کو سیدھا رکھنے سے راست قامتی پیدا ہوتی ہے۔ لہذا جب بھی دھیان آجائے اس بنجرے کو کھینچ کر سیدھا کر لیا کیجیے۔

## صرف رازوں کے متلاشی پڑھیں

کون عبقری کے گزشتہ رسائل سے سوئی صد فائدہ لینا چاہتا ہے اسکے روحانی انکشافات، سینے کے راز اور طبی معلومات ہر صفحہ پر موتیوں کی طرح بکھرے ہوئے ہیں۔ یہ رسالہ نسلوں کا معالج اور ہمدرد ہے۔ روحانی، طبی اور نفسیاتی امراض کے لیے عمر بھر کی محنتوں کا انمول انچوڑ ہے۔ گزشتہ سال کی مکمل فائل بارہ رسالوں پر مشتمل (خوبصورت جلد)، کامیاب روحانی جسمانی معالج ثابت ہوئی قیمت-200/- سو روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

آرام سے گزریے گا: برہنہ پائسی زمین پر کھڑے ہو جائیے جس پر کچھ بچھا ہوا نہ ہو۔ اپنے قدموں کو ایک دوسرے سے ڈیڑھ فٹ جدا رکھیے، بازوؤں کو شانوں کی سیدھ میں دونوں طرف پھیلا دیجیے۔ بہت آہستہ آہستہ اپنے بازوؤں، سر اور شانوں کو بائیں طرف کمر کے بل اس قدر گردش دیجیے جس قدر بہ آسانی دے سکیں۔ قدموں کو اپنی جگہ قائم رہنے دیجیے اور بغیر رکے ہوئے بازوؤں کو پھر اپنی جگہ پر واپس لے آئیے، پھر یہی عمل دائیں طرف سے کیجیے۔ بایاں بازو آپ کی پشت کے وسط تک پہنچ جائے گا۔ اس ورزش کو روزانہ صبح اور رات کو بتدریج میں مرتبہ تک بڑھائیے۔ یہ ورزش کمر کو چلک دار بنانے کے علاوہ اس کی محوری گردش کو بڑھاتی اور کمر پتلا کرتی ہے۔

## ریڑھ کے ستون کو بل دینا

ریڑھ کو بل دینا جسم کے کنٹرول کو پھر سے حاصل کرنے کے لیے اعلیٰ درجے کا ایک اور طریقہ ہے۔ پہلی مرتبہ جب آپ اس کو شروع کریں گے تو آپ کو احساس ہوگا کہ آپ نے جسم کے کنٹرول کو کتنا کھو دیا ہے۔ لیکن ہر مشق کے بعد آپ کے لیے یہ ورزش آسان تر ہوتی چلی جائے گی۔ لیکن پابندی شرط ہے اس کو کسی دن ناغہ نہ کیجیے، "جسم رانی"، یعنی جسم کو کھینچنے کے اس عمل سے پورا فائدہ حاصل کرنے کے لیے بلا ناغہ متواتر توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ فرش پر بیٹھ جائیے اور دونوں ٹانگوں کو سامنے کی طرف پھیلا دیجیے۔ دائیں پاؤں کو اوپر اٹھا کر بائیں ران کے گھٹنے کے اوپر سے گزارتے ہوئے باہر لے جا کر فرش سے نکال دیجیے، اور بائیں ہاتھ کو دائیں پیر کے گھٹنے سے اوپر لا کر دائیں پیر کے گھٹنے کو پکڑ لیجیے۔ سرین کو فرش پر بچھا ہوا رکھیے۔

دائیں ہاتھ سے جسم کو سہارا دینے کے لیے اس کو پیچھے کی طرف نکال دیجیے اور بالائی جسم کو بل دے کر سیدھی طرف لائیے جیسے آپ پیچھے کی طرف دیکھ رہی ہوں۔ ریڑھ کو سیدھا اور تانہ ہوا رکھیے اور اتنی دیر تک اس وضع (پوزیشن) پر ٹھہریں کہ دس تک کی گنتی گن سکیں۔ پھر سر اور شانوں کو آہستہ آہستہ

# ظلم کی انتہا اور عورت کا صبر

حسین آنچلوں کے درمیان پردے میں لپٹی وہ مجھے زہر لگتی اور گھر آ کر میں خوب گالم گلوچ سے اسکی تواضع کیا کرتا اور اب اس کی ہمت جواب دینے لگی تھی اور یہ بھی میری کامیابی تھی

تحریر: شاہدہ فیاض

کی میرے قتل کے بعد اس نے جفا سے توبہ

ہائے اس زد و پڑیوں کا پشیمان ہونا آج کتاب زندگی کے اوراق پڑھتا ہوں تو لگتا ہے کہ عمر رفتہ کو میں سراب کی طرح گزرا آیا۔ آج احساس ہوتا ہے کہ زندگی تو حسین چمن کی مانند تھی اور اس چمن کو میں نے خود ہی آگ لگا دی۔ آج سے عرصہ پہلے میری شادی ایک حسین اور پڑھی لکھی لڑکی سے ہوئی۔ میں معمولی شکل و صورت کا اور کم پڑھا لکھا تھا۔ مگر ایک زعم تھا اپنی مردانگی پر، ایک تکبر تھا کہ یہ معاشرہ مردوں کا معاشرہ ہے۔ یہاں عورت پاؤں کی جوتی سے زیادہ اہمیت نہیں رکھتی۔ عورت ایک چھوڑ دس مل جائیں گی اور اسی سوچ کے تحت میں نے زندگی کا آغاز کیا۔

دوسرے ہی دن اپنی اصلیت اس کو دکھادی کہ وہ کسی خوش فہمی کا شکار نہ ہو۔ یہاں ناز بردار یاں تو دور کی بات، برابر کا سلوک بھی روانہ رکھا جائے گا۔ وہ اس حالت کو دیکھ کر متحیر رہ گئی۔ وہ ایسی سوسائٹی سے آئی تھی جسے پوش علاقہ کہا جاتا ہے۔ اعلیٰ تعلیم یافتہ۔ اس کے گھر کا ماحول مذہبی تھا اور میں رنگین مزاج جوانی میں تھا۔ وہ پردہ کرتی تو میرے تن من میں آگ لگ جاتی اور میں اس کی ہر بات میں کیڑے نکالتا۔ مگر وہ خاموش آنکھوں میں آنسو بھرے مجھے دیکھتی رہتی اور اسکی بے بسی کو دیکھ کر مجھے بڑا سکون ملتا۔

اس کو ہر فن آتا تھا۔ گھرداری میں طاق تھی۔ بچوں کی پرورش بہترین انداز سے کر رہی تھی مگر مجھے اس میں کیڑے ہی نظر آتے اور میں ہر ممکن کوشش کرتا کہ بچوں کے سامنے اس کی بے عزتی کروں اور میں ہر طرح اس کی صحیح بات کو بھی غلط ثابت کرنے کی کوشش کرتا۔

وہ بچوں کو پڑھاتی کیونکہ میری محدود آمدنی میں گھر کا گزارہ مشکل سے ہوتا تھا۔ میں کرائے کے مکان میں رہتا تھا۔ اس کا کرایہ، آنے جانے والوں کا خرچہ، دکھ درد میں دوائی کا خرچہ مگر اس کی اچھائیوں کو میں نے یکسر فراموش کر دیا تھا۔ ہماری شادی کو چندہ سال ہو چکے تھے۔ میں اسے کبھی بھی گھمانے نہ لے جاتا کہ اس طرح میری سبکی ہوتی۔ حسین آنچلوں کے درمیان پردے میں لپٹی وہ مجھے زہر لگتی اور گھر آ کر میں خوب

آیات پڑھیں۔ ترجمہ اور ان کو ستانے اور زیادتی کرنے کے لیے نہ روک رکھو۔ جو ایسا کرے گا وہ اپنے اوپر آپ ظلم کرے گا۔ اللہ کی آیات کا مذاق نہ بنالو۔“ میری راتوں کی نیندیں اڑ گئیں۔ پچھتاوے میرا تعاقب کرنے لگے اور میں سوچنے پر مجبور ہو گیا۔ مگر میری جھوٹی انا میرے آڑے آتی رہی اور میں یہ سوچنے ضرور لگا کہ وہ گھر بھی آجائے مگر مجھے لینے بھی نہ جانا پڑے۔ لڑکیاں جوان ہو رہی تھیں۔ لڑکے بھی اپنا قد نکال رہے تھے اور مجھے فکر ان لڑکیوں کی تھی۔ اب مجھے احساس ہوتا ہے کہ ماں کے بغیر کچھ نہیں ہو سکتا۔ اسے گئے ہوئے پورا ماہ ہو گیا ہے۔ سنا ہے وہ بیمار ہے گھر میں اپنی فطرت کو کیوں کر بدلوں۔ یہ جو خیال ہے کہ میں مرد ہوں اور عورت پاؤں کی جوتی، اس کو دامغ سے کیوں کر نکالوں۔ مگر یہ آیات بھی مجھے چھن نہیں لینے دیتیں، لیکن میں بھی بڑا کایاں ہوں۔ آخر تو رونا نکال ہی لی میں نے بیٹے کو بھیج کر اسے بلایا۔ وہ ماں کی ماسٹا کے ہاتھوں مجبور ہو کر آتو گئی مگر اپنا سب کچھ وہیں چھوڑ آئی۔ آج میرے پاس پچھتاؤں کے علاوہ کچھ بھی نہیں، کیونکہ اب اس نے مجھ سے ہر تعلق توڑ لیا ہے۔ وہ صرف اپنے بچوں کی خاطر اس گھر میں ہے، لیکن ایسا لگتا ہے کہ اس نے ہر چیز سے منہ موڑ لیا ہے۔ اور میں سوچ رہا ہوں کہ میں جو مرد ہوں جھوٹی انا کو لے کر کہاں جاؤں۔ کیونکہ اب میرے پاس کچھ بھی نہیں ہے۔ میں اس گھر میں اجنبی بن گیا ہوں۔ بچے مجھے دیکھ کر ادھر ادھر ہو جاتے ہیں۔ اب بڑھا پاجھے اسی اذیت کے ساتھ گزارا ہے۔ جو میں نے کل بویا تھا، آج کاٹنے پر مجبور ہوں۔

## بنفشی قہوہ (درموم اور ہر عیش یکساں مفید)

صدنیوں سے آزمودہ یہ قہوہ پرانی اور لا علاج کھانسی، الرہی، ریشہ، بھم، دمہ، ناک بہنا، دماغی دباؤ، بوجھ اور جکڑن کے لیے سالہا سال سے آزمودہ ہے۔ پرانا دمہ، پرانا نزلہ، دماغی زکام اور ریشہ میں، بچوں بڑوں کے لیے نہایت لا جواب ہے۔ بدذائقہ نہیں، بہترین فوائد ہیں۔ جن لوگوں کو بھم، الرہی اور کھانسی زکام نے عاجز کر دیا ہو وہ اسے مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں۔ مزے کی بات یہ ہے کہ بے خوابی، نیند کی کمی، دماغی خشکی، معدے کی تیزابیت، چلن کے لیے لا جواب چیز ہے۔ مزید دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی اور نگاہ کی کمی کو بھی لازوال فائدہ دیتا ہے۔ اگر شفا، حیرت سیرپ بطور میٹھے کے استعمال کریں تو فوائد میں چار چاند لگ جائیں گے۔ درموم بغیر سیرپ کے بھی اکیلا لا جواب فائدہ رکھتا ہے۔

**ترکیب :-** ڈینڈھ کپ پانی میں چھوٹا پیچ چائے والا ڈال کر ابالیں۔ جب ایک کپ بچے، چھان کر ہلکا ٹیٹا ملائیں یا نہ ملائیں چسکی چسکی پین دن میں 3 سے 4 بار۔

ذیلی قیمت - 100 روپے، علاوہ ڈاک خرچ بفر یا ایک ماہ کی دوہ۔



## درد پاک کا معجزہ

اگر میں ایک لاکھ بار درد شریف پڑھوں تو اختتام حضور ﷺ کے روضہ مبارک پر ہو۔ (تحریر: ش۔ الف، راپنڈی)

درد پاک کی فضیلت سے کون واقف نہیں۔ درد پاک کی برکات اور قبولیت تو ہوتی ہی ہے مگر بعض اوقات ایسے واقعات ہوتے ہیں جن سے یہ پتہ چلتا ہے کہ اس دلیلے سے مانگنے میں دیر ہوتی ہے۔ قبولیت میں لمحہ بھی نہیں لگتا۔

میرا ذاتی تجربہ ہے کہ ایک مرتبہ میں کہیں گئی تو راستے میں کسی کام سے کچھ دیر رکنا پڑا اور کچھ دیر بعد گاڑی میں بیٹھنے ہوئے اچانک میرے دل میں ایک خواہش ابھری اور میں نے بغیر سوچے سمجھے منت مان لی کہ یا اللہ میں ابھی درد شریف کی تسبیح پڑھتی ہوں اور کچھ ایسا انتظام کر دے کہ میں لاکھ درد پاک پورا کر لوں اور اختتام نبی ﷺ کے روضہ مبارک ہو۔ یہ دعا مانگنے کے بعد میں نے بڑے اہتمام اور لگن سے درد شریف پڑھنا شروع کر دیا اور تعداد پابندی سے لکھتی گئی۔ چند ماہ کے عرصے میں جب کہ تقریباً ساٹھ یا ستر ہزار پڑھ چکی تھی میرے وہاں جانے کے اسباب بننا شروع ہو گئے۔ ایک عجیب ترتیب سے سب کام ہوئے اور میں اپنے شوہر بچوں اور ساس صاحبہ کے ہمراہ عمرے کی ادا نیگی کے لیے روانہ ہو گئی۔ سارے راستے درد شریف کا ورد کرتی رہی کیونکہ میں نے مدینے شریف پہنچے تک منت پوری کرنی تھی۔ میرے دل کی کیفیت ایسی تھی جس کو میں شاید کوئی نام نہندے سکوں۔ راستے بھر میرے آنسو رکنے کا نام نہیں لیتے تھے۔ وہاں پہنچ کر بھی جدہ سے مکہ تک کا سارا راستہ روتے ہوئے گزرا۔ خیر پھر ہوٹل کا انتظام کر کے، عمرہ ادا کیا اور پھر مکہ شریف میں قیام کے دوران بھی درد شریف کا ورد رکھا۔ کچھ دن کے بعد مدینہ شریف روانہ ہوئے۔

اب درد شریف کی مانی ہوئی منت اختتام کے قریب تھی۔ آپ یقین کریں اللہ تعالیٰ کی مدد میرے ساتھ تھی۔ پہلے روز میں نے روضہ مبارک پر حاضری دی مگر اس روز کچھ درد شریف باقی رہتا تھا کہ مسجد بند ہونے کا وقت آ گیا۔ لیکن دوسرے روز کی حاضری کے وقت میں نے آخری تسبیح روضہ مبارک پر پڑھی اور اللہ کے حضور شکر ادا کیا۔ اللہ تعالیٰ نے دوسری بار بھی میری دعا قبول فرمائی۔ دوسری بار منت ستر ہزار مرتبہ درد ابراہیمی پڑھنے کی تھی۔ پہلی منت پوری ہونے کے پورے دو سال بعد اللہ تعالیٰ نے دوبارہ مجھے حاضری کا موقع دیا۔

حبیب اللہ - حیدر آباد

## اسپنغول، ہر گھر کی ضرورت

دماغی کام کرنے والوں کے لیے ضروری ہے کہ رات سوتے وقت پانچ دانے گری بادام چبا کر کھائیں اور بعد میں ایک تولہ اسپنغول دودھ میں ملا کر پیئیں۔ یہ مقوی دماغ نسخہ ہے

اسپنغول دودھ میں ملا کر پیئیں۔ یہ مقوی دماغ نسخہ ہے۔

(10) نسیان کے امراض میں اسپنغول ایک بڑا چچہ ہمراہ

شریت صندل، میج نہار منہ پینا بے حد مفید ہے اور رات کو

سوتے وقت پانچ دانے گری بادام، سوف ایک تولہ اور کوزہ

مصری حسب ضرورت ہمراہ دودھ استعمال کریں۔

(11) منہ کے دانوں کی تکلیف میں اسپنغول کا استعمال بے

حد مفید ہے۔ ایسی صورت میں دہی میں ایک چچہ بڑا ملا کر میج

نہار منہ کھایا جائے اور ہر کھانے کے بعد دہی کے ایک یا دو چچ

استعمال کریں۔ (12) درموں کو تحلیل کرنے کے لیے

اسپنغول کو سرکہ میں رگڑ کر مٹا رہ جگہ پر لپ کرنا بے حد مفید

ہے۔ (13) پیچش میں اسپنغول ایک تولہ پانی کے ساتھ

کھانے سے فائدہ ہوتا ہے (14) سوزاک میں اسپنغول کو

پانی یا شربت کے ہمراہ چند یوم تک استعمال کرنے سے شفا

ہوتی ہے۔ (15) معدے کی بیماریوں، خاص طور پر

السر میں بے حد مفید ہے۔ (16) بالوں کو نرم اور بڑھانے

کے لیے عرق گلاب میں رگڑ کر بالوں پر لپ کرنے اور دو گھنٹے

بعد دھونے سے فائدہ ہوتا ہے۔ یہ علاج موسم گرما کے لیے

ہے۔ (17) خشک کھانسی اور دمہ کے لیے روزانہ ایک

تولہ اسپنغول دودھ یا پانی کے ساتھ چالیس روز تک

استعمال کریں۔ (18) اسپنغول کا جوشاندہ بطور مسکن د

ملین مشروب سوزش معدہ اور فم معدہ اور سینے کی جلن

میں مفید ہے۔

عربی بزرگھونا فارسی اسپنغول سندھی اسپنکر

انگریزی Seed Spogul

اسپنغول سے تقریباً ہر مرض واقف ہے۔ بڑی مشہور عام

دوا ہے۔ اسپنغول ایک بیج ہے جس کا پودا ایک گز کے قریب

اونچا ہوتا ہے۔ اس کی ٹہنیاں باریک ہوتی ہیں اور پتے لمبے

یعنی جامن کے پتوں سے تقریباً مشابہ ہوتے ہیں۔ اس کا

رنگ سرفی مائل سفید اور سیاہ ہوتا ہے۔ یہ بے ذائقہ اور لعاب

دار ہوتا ہے اس کا مزاج سرد اور تر ہوتا ہے۔ اس کی مقدار

خوراک تین ماشہ سے ایک تولہ ہوتی ہے۔ اسپنغول کے پھلکے

کوسوس اسپنغول کہتے ہیں۔

### اسپنغول کے فوائد:

(1) گرمی اور پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ (2) گرمی کے بخار

اور خون کے جوش کو تسکین دے کر طبیعت کو نرم کرتا ہے۔

(3) سینہ، زبان، حلق کے کھر کھراپن اور صفراوی و دموی

بیماریوں کے لیے مفید ہے۔ (4) آنٹوں کے زخموں اور

مردز ہونے کی حالت میں بے حد مفید ہے۔ اس کے لیے

اسے شربت صندل میں ایک بڑا چچہ ڈال کر پلانا مفید ہوتا

ہے۔ (5) قبض کشا ہے۔ آنٹوں میں پھسلن پیدا کرتا

ہے۔ اس کے لیے رات سوتے وقت ایک گلاس دودھ

میں ایک تولہ اسپنغول کا چھلکا ملا کر تین چار منٹ کے بعد

استعمال کرنے سے کھل کر اجابت ہوتی ہے۔ یہ دائمی قبض

میں بھی بے حد مفید ہے (6) مردانہ جوہر کو گاڑھا کرتا ہے اور

قوت باہ بڑھاتا ہے۔ (7) سردی کی صورت میں اسپنغول

سرکہ میں رگڑ کر چنبیلی کا تیل ملا کر پیشانی پر لپ کرنے سے

فائدہ ہوتا ہے۔ اگر چنبیلی کے روغن کی بجائے بادام روغن ملا

کر یا جائے تو سردی کا فائدہ ہوتا ہے۔ (8) جریان میں

اسپنغول کا چھلکا ہمراہ شربت بزروری یا صندل کے صبح نہار منہ

پینا فائدہ مند ہے۔ (9) دماغی طاقت بڑھاتا ہے۔ دماغی

کام کرنے والوں کے لیے ضروری ہے کہ رات سوتے وقت

پانچ دانے گری بادام چبا کر کھائیں اور بعد میں ایک تولہ

### ایجنسی کے خواہشمند توجہ فرمائیں:

ملک بھر سے "ماہنامہ عبقری" کی ایجنسی حاصل کرنے کے

خواہشمند اور موجودہ ایجنسی ہولڈر معاملات طے کرنے اور

اپنی ذمہ داریاں کیلئے اس پتے پر رابطہ فرمائیں:

ادارہ اشاعت الخیر

حضور باغ روڈ، ملتان۔

فون: 061-4514929 0300-7301239

# نفر بعض دفعہ کفر میں ڈھلنے کے قریب لے جاتا ہے

پہلوان وہ نہیں جو دوسروں کو پچھاڑ دینے والا ہو۔ پہلوان تو وہ ہے جو غصہ کے وقت خود پر قابو پاتا ہے یعنی صبر کرتا ہے۔ فتح مکہ کے بعد حضور ﷺ نے اپنے خون کے پیاسوں کو بھی معاف کر دیا (بنت رشید۔۔ لاہور)

## ٹماٹر سے تیار شدہ چیزوں کے فائدے

بوسیدگی عظام کو "خاموش بیماری" کہتے ہیں کیوں کہ یہ اس وقت تک جب اس کی تشخیص ہو کافی بڑھ چکی ہوتی ہے (انتخاب: حکیم محمد رفیق۔ سرگودھا)

تحقیق کاروں کا خیال ہے کہ ٹماٹر کا کچپ کھانے سے چھاتی کے سرطان اور ہڈیوں کی بوسیدگی (بوسیدگی عظام) کا امکان کم ہو سکتا ہے۔ اس کی وجہ ٹماٹر میں پایا جانے والا مادہ لائی کوپین ہے جو اسے سرخ رنگت دیتا ہے۔ گزشتہ چند برسوں کے دوران میں تحقیق سے یہ بھی پتا چل چکا ہے کہ وہ اشیاء جو ٹماٹر سے بنائی جاتی ہیں اور جن میں لائی کوپین زیادہ ہوتا ہے وہ مردوں کو غدرہ مثانہ کے سرطان سے محفوظ رکھنے میں بھی مدد دیتی ہیں چنانچہ گزشتہ اور موجودہ تحقیق مطالعوں کی بنیاد پر یہ کہا جا سکتا ہے کہ ٹماٹر میں موجود لائی کوپین مردوں اور عورتوں دونوں کے لیے فائدہ مند ہوتا ہے۔

حال میں تحقیقی مطالعے منظر عام پر آئے ہیں اور جن کا تعلق خواتین کی صحت سے ہے۔ ان میں سے پہلا اسرائیل میں تیار ہوا اور اس میں یہ جائزہ لیا گیا کہ چھاتی کے سرطانی خلیوں پر لائی کوپین اور ٹماٹر میں پائے جانے والے دو اور مقویات PHYTOENE اور HYTOFLUENE کا کیا اثر ہوتا ہے؟ مشاہدے میں یہ بات آئی کہ جب خلیوں کو ان مقویات کی کم مقدار سے واسطہ پڑا تو یہ پہلے کی طرح تیزی سے بڑھتے رہے، لیکن جب ان تینوں مقویات کے آمیزے کی مقدار بڑھا دی گئی تو ان سرطانی خلیوں کی بڑھوتری رک گئی۔ دوسری حالیہ تحقیق کنیڈا میں ہوئی جس سے یہ نتیجہ نکالا گیا کہ ایسی غذا سے بوسیدگی عظام کو روکا جا سکتا ہے جس میں ٹماٹر خوب ہوں۔ بڑھاپے میں یہ بیماری خواتین کی خاصی تعداد کو لاحق ہو جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے ان کے لیے ہڈی ٹوٹنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ دو طرح کے خلیوں پر لائی کوپین کے اثر کا جائزہ لیا گیا۔ ایک خلیے وہ تھے جو ہڈی کا ٹھوس پن (مضبوطیت) قائم رکھتے ہیں اور دوسرے وہ جو اس مضبوطیت کو کم کرتے ہیں۔ یعنی اچھے اور برے خلیے۔ بوسیدگی عظام میں ظاہر ہے کہ دوسری قسم کے خلیوں یعنی برے خلیوں کا دخل ہوتا ہے۔ پتا یہ چلا کہ لائی کوپین ان برے خلیوں کے فعل پر قابو رکھتی ہے۔ بوسیدگی عظام کو "خاموش بیماری" کہتے ہیں کیوں کہ یہ اس وقت تک (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ایک دفعہ ایک صحابی جناب رسالت مآب ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کی کہ اسلام کی کوئی ایسی بات فرمائیے کہ آپ ﷺ کے سوا کسی سے نہ پوچھوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا۔ ترجمہ "کہہ میں اللہ پر ایمان لایا اور پھر ثابت قدم رہ" مبرک تربیت کے لیے اسلام میں کامل اہتمام ہے۔ مثلاً ہر سال رمضان کے روزے فرض ہیں۔ کوئی شخص روزہ رکھ کر توڑ ڈالے تو کفارہ یہ ہے کہ دو ماہ روزے رکھے۔ رمضان کے علاوہ بھی وقتاً فوقتاً نفل روزوں کی ترغیب ہے۔ روزہ سے بھوک اور پیاس اور دنیا کی مرغوبات کے مقابلہ میں صبر کا ملکہ پیدا ہوتا ہے۔ صبر کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ آدمی اپنی بساط کے مطابق ذمہ داریوں کا بوجھ اٹھائے اور ان پر چنگی سے کار بند رہے۔ اس سے وہ درجہ بدرجہ عظیم سے عظیم ذمہ داریوں کو اٹھانے کے قابل ہو جاتا ہے۔ حتیٰ کہ صبر کا وہ مقام آ جاتا ہے کہ پہاڑ بھی سر پر اڑے تو پاؤں میں لغزش نہی آتی۔ حضور اکرم ﷺ نے اسی حقیقت کی طرف اشارہ کر کے فرمایا ہے۔ "جو صبر کر لے، اللہ اسے صبر کی توفیق دیتا ہے۔" زندگی کے ادوار بدلتے رہتے ہیں۔ انسان کو لازم ہے کہ تنگی ہو یا فراخی، غلبہ ہو یا ضعف ہر حال میں ثابت قدم رہے۔ دنیا کے جادو میں نہ آنا صرف اصحاب صبر کا کام ہے۔ حضور اکرم ﷺ زندگی کے آخری برسوں میں کل عرب کے فرمانروائے اور مزاج کے صبر و استقامت کا یہ عالم تھا کہ آپ ﷺ کی زندگی میں آپ ﷺ کے گھروالوں نے شاید ہی دو یا تین روز مسلسل پیٹ بھر کر گندم کی روٹی کھائی ہو۔ مہینہ مہینہ بھر گھر میں چولہا نہیں جلتا تھا۔ جذبات کے استقلال کے سلسلے میں غلو کا ذکر بھی ضروری ہے۔ دشمن کا صفایا کر لینے کے بعد اس سے عدل کرنا یا اسے معاف کر دینا صبر کا عین تقاضا ہے۔ قرآن حکیم کی تعلیم ہے کہ بدلہ ہی لینا ہے تو صرف برابر کا لو۔ صبر کرو اور بخش دو تو بڑے عزم کی بات ہے۔ نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ "پہلوان وہ نہیں جو دوسروں کو پچھاڑ دینے والا ہو۔ پہلوان تو وہ ہے جو غصہ کے وقت (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

صبر بندگی کا خوبصورت ترین زیور ہے اور رضا و تسلیم کی ایک روشن علامت ہے۔ مشکلات گھبرائیں اور آدمی اللہ تعالیٰ سے لوگ لگا کر ان کا حوصلے سے مقابلہ کر لے اور اس کی نصرت کا منتظر رہے تو اس سے بڑھ کر بندگی اور تسلیم کا کیا ثبوت ہو سکتا ہے۔ زندگی میں قدم قدم پر آزمائشوں کا سامنا ہوتا ہے۔ اس لیے صبر و تحمل کے بغیر زندگی نہایت مشکل ہے۔ جو شخص عزم اور حوصلہ سے بہرہ مند نہ ہو وہ زندگی کے امتحان سے فرار ہو جاتا ہے۔ صبر کا پودا استقامت اور استقلال سے بنتا ہے۔ ہر شخص میں عمل اور مقابلہ کا ملکہ موجود ہوتا ہے۔ اس ملکہ کو زندہ رکھنا اور اس کا صحیح استعمال ہی صبر ہے۔ یہ وہ خوبی ہے جس کی ہر حال میں ضرورت ہوتی ہے۔ یعنی دشواری میں بھی اور آسانی میں بھی، تنہا میں بھی اور افلاس میں بھی، بے سرو سامانی میں بھی اور شان و شوکت میں بھی۔

صبر و تحمل یہ ہے کہ آدمی پر کوئی مشکل یا آزمائش آئے تو اس کے حواس قائم رہیں اور اعتقاد میں فرق نہ آئے۔ آہستہ آہستہ وقت گزرنے پر سب کو قرار آ جاتا ہے۔ لیکن صحیح معنی میں صبر شخص وہ ہے جو بڑے سے بڑے صدمے پر بھی نہ گھبرائے۔ حضور اکرم ﷺ کا ارشاد ہے۔ "صبر صرف وہ ہے جو پہلے صدمہ کے وقت ہو۔" کلام الہی سے معلوم ہوتا ہے کہ انسان کی تخلیق اس کے لیے آزمائشوں کا پیغام ہے اور اس کی آزمائش دکھوں میں ہے۔ اللہ کا ارشاد ہے۔ "کیا تم نے گمان کر لیا کہ تم جنت میں داخل ہو جاؤ گے حالانکہ اللہ نے ابھی تک نہیں جانچا تم میں سے ان کو جنہوں نے جہاد کیا اور انہیں جانچا ثابت قدم رہنے والوں کو۔" مراد یہ ہے کہ مسلسل امتحان کے بغیر جنت نصیب نہ ہوگی۔ صبر تو امید کا چراغ ہے۔ استقامت کے بغیر تو کوئی ہم پر دان نہیں چڑھتی۔ حدیث شریف میں ہے "صبر روشنی ہے۔" ارشاد نبوی ﷺ ہے کہ "نفر بعض دفعہ کفر میں ڈھلنے کے قریب لے جاتا ہے۔" صبر ایمان کے لیے اس طرح ہے جس طرح بدن میں روح۔ جب صبر گیا تو ایمان بھی رخصت ہو گیا۔

ایماندارانِ حقیقت

# کیل مہاسوں سے نجات آسان

لڑکوں میں یہ مسائل عموماً چودہ سے سترہ سال کی عمر اور لڑکیوں میں سن بلوغت میں پوری شدت اختیار کرتے ہیں۔ لڑکوں میں اس مرض کا حملہ عموماً زیادہ شدید ہوتا ہے۔ کبھی تو ان کا زور بہت زیادہ ہوتا ہے اور کبھی کم

کیل مہاسے بظاہر ایک معمولی سا مرض ہے لیکن مریض کے لیے بہت سے پریشان کن نفسیاتی الجھاؤ کا باعث بنتا ہے۔ نوجوانی کی پہلی میٹری جڑھتے ہی اکثر نوجوان خواتین و حضرات کو یہ عارضہ لاحق ہو جاتا ہے۔ کیل مہاسے اکثر سولہ سے سترہ سال کی عمر میں شروع ہوتے ہیں۔ یہ عموماً دونوں گالوں پر ہوتے ہیں۔ صاف شفاف جلد ان کی وجہ سے بھاری لگتی ہے۔ مریض بے بسی سے کبھی تو ان کو مختلف صابنوں سے دھونے کی کوشش کرتا ہے یا ان پر مختلف پاؤڈر اور کریمیں آزما تا ہے۔ لیکن مرض بڑھتا ہی جاتا ہے۔

کیل مہاسوں کو (ACNE) کہتے ہیں جو یونانی زبان (AKME) کا بگڑا ہوا تلفظ ہے۔ اس کے لغوی معنی ہیں نقطے۔ یہ مرض دنیا کے ہر خطے میں پایا جاتا ہے۔ افریقہ میں کالی جلد والے لوگ اس سے محفوظ رہتے ہیں۔ ایشیا، یورپ اور مشرق وسطیٰ کے لوگ اس سے متاثر ہوتے ہیں۔

کیل مہاسے نہ صرف دیکھنے میں بڑے لگتے اور مریض کو نفسیاتی الجھن میں مبتلا رکھتے ہیں بلکہ مسلسل تکلیف کا سامنا رہتا ہے۔ اس تکلیف کا باعث کیل مہاسوں کی سوزش ہوتی ہے۔ جو کیل مہاسوں کی اوپر کی سطح پھٹنے اور رسنے سے ہوتی ہے۔ پھر کیل مہاسے زخم کی شکل اختیار کر لیتے ہیں۔

کیل مہاسے نکلنے کی وجوہات کچھ اس طرح ہیں۔ انسانی جسم میں سن بلوغت تک پہنچتے وقت بہت سی تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔ انسان کے وہ غدود جو بچپن میں زیادہ سرگرم نہیں ہوتے جوانی کے شروع میں زیادہ فعال ہو جاتے ہیں جس کے نتیجے میں ان میں سے بہت سے ہارمونز نکل کر جسم میں اپنا عمل شروع کر دیتے ہیں۔ انسان کی کھال کے اندر بالوں کے ساتھ ساتھ چکنائی پیدا کرنے والے غدود ہوتے ہیں جن کو (SEBAGIOUS GLANDS) کہا جاتا ہے۔ یہ

کیل مہاسے اسی فی صد کیسوں میں خود ہی ختم ہو جاتے ہیں بشرطیکہ مریض ان کو چھیننے سے اجتناب کرے اور ان کو نفسیاتی مسئلہ نہ بنالے۔ لڑکوں میں یہ عموماً چودہ سے سترہ سال کی عمر اور لڑکیوں میں سن بلوغت میں پوری شدت اختیار کرتے ہیں۔ لڑکوں میں اس مرض کا حملہ عموماً زیادہ شدید ہوتا ہے۔ کبھی تو ان کا زور بہت زیادہ ہوتا ہے اور کبھی کم لیکن تین سال کی عمر تک پہنچتے پہنچتے کیل مہاسے خود بخود ختم ہو جاتے ہیں، اگر زیادہ دیر تک رہیں تو بدنامی داغ دھبے چھوڑ جاتے ہیں۔ ان سے بچنے کے لیے ان کا علاج شروع میں ہی ہو جانا چاہیے،

لیکن علاج کے لیے کسی قابل اور مستند ڈاکٹر کا انتخاب کریں۔ چند مریضوں میں کیل مہاسے شدت اختیار کر لیتے ہیں۔ اسکی پہلی اور سب سے بڑی وجہ تو ہے نفسیاتی یا جذباتی دباؤ۔ پھر مریض یا مریضہ کے دوست اور سہیلیاں اس کو ان بھدے پن کا احساس دلاتے رہتے ہیں اور اسے مجبور کر دیتے ہیں کہ وہ ان کے بارے میں سوچتا ہی رہے۔ بعض نوجوان ان کو اپنی شخصیت میں عیب سمجھنے لگتے ہیں اور تنگ

آکر مختلف ٹوٹکے آزما تے رہتے ہیں۔ آخر کار یہ خراب ہو جاتے ہیں۔ انہیں دباتے اور ان میں سے مواد نکالتے رہتے ہیں۔ اس سے ان کے داغ دھبے مستقل صورت اختیار کر لیتے ہیں۔ بعض لوگوں کی طبیعت میں ویسے بھی جذباتیت زیادہ ہوتی ہے اور وہ امتحانات وغیرہ کے نزدیک زیادہ گھبرا جاتے ہیں اور اس صورت میں بھی مہاسوں اور کیلوں پر برا اثر پڑتا ہے۔ اسی طرح حیض کے دوران لڑکیوں میں یہ کیل مہاسے شدت اختیار کر لیتے ہیں کیونکہ ان تمام حالتوں میں ہارمونز زیادہ پیدا ہوتے ہیں۔

اکثر یہ خیال کیا جاتا تھا کہ چاکلیٹ، کریم، مکھن وغیرہ کھانے سے ان دانوں میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہ درست نہیں۔ چند مخصوص کیسوں کے سوا مندرجہ بالا خوراکیں زیادہ نقصان دہ نہیں ہوتیں۔ یہ بات تو تسلیم شدہ ہے کہ متوازن غذا صحت کے لیے بہترین ہے اس لیے چاکلیٹ، بالائی مکھن، کریم وغیرہ اس مرض میں معزز نہیں لیکن اعتدال ضروری ہے۔ چند کیسوں میں چکنائی والی خوراک مضر بھی ہوتی ہے۔ اس لیے کسی حد تک پرہیز کرنا بہتر ہی ہے۔ غذا سادہ کھائیں۔ سبزیاں اور پھل زیادہ کھائیں۔

جیسا کہ پہلے ذکر ہو چکا ہے، چہرے کی چکنائی والے غدود اس مرض میں زیادہ چکنائی پیدا کرنے لگتے ہیں۔ اس لیے چکنی جلد کو دن میں دو تین بار کسی اچھے صابن سے دھوئیں اور پھر صاف تولیے سے تھپتھا کر خشک کر لیں۔ رگڑیں ہرگز نہیں زیادہ زور سے رگڑنے سے یہ کیل مہاسے جلد کے اندر دھنس جاتے ہیں اور ان کا علاج مزید مشکل ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ چہرے کے نازک روؤں کا ٹوٹ جانا، زخم کا باعث بن جاتا ہے جو کہ داغ دھبے چھوڑ سکتا ہے۔ کیل مہاسوں کی شدت سے تنگ آیا ہوا مریض کوئی نہ کوئی کریم کلینرز (CLEANERS) (بقیہ صفحہ نمبر 18 پر)

## ملفوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کپڑوں کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے ممنون ہو گئے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔



# اولیاء کے مستند وظائف و عملیات حضرت بابا فرید الدین گنج شکرؒ

عَبْرَةُ لَأُولَى الْأَلْبَابِ ط (سورۃ یوسف آیت نمبر 111) ﴿  
اور اس تحریر کو پانی سے دھو کر عورت کو پلائیں اور ذرا سا پانی  
پیٹ اور پیڑ پر چھڑکیں۔

(2) مدینہ طیبہ میں ایک عورت کو عسر ولادت کی وجہ سے  
جان کا خطرہ ہو گیا تو میں نے ایک گلاس پر یہ آیتیں لکھ کر دیں۔  
کلام الہی کی برکت سے اللہ تعالیٰ نے مشکل حل کر فرمادی۔ وہ  
یہ آیات تھیں۔ پوری سورۃ فاتحہ، پوری سورۃ اخلاص کے بعد

﴿نُزِّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ  
لِّلْمُؤْمِنِينَ ۝ (سورۃ نبی اسرائیل آیت نمبر 82) لَوْ  
أَنزَلْنَاهُ الْفُرْقَانَ عَلَىٰ جَبَلٍ لَّرَأَيْنَهُ أَخَادِعًا  
مُّتَصِلِينَ ۝ عَشِيَّةَ الْيَوْمِ ۝ وَبَلَكَ الْفَاقِلُ  
نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ ۝ (سورۃ حشر  
آیت نمبر 21) لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُحَمَّدٌ رَّسُولُ اللَّهِ  
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ  
سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي كُلِّ لَمْعَةٍ وَنَفْسٍ بِعَدِيدٍ  
مَغْلُومٍ لَّكَ ﴿ پڑھ کر اس گلاس میں پانی مریضہ کو پلایا  
گیا۔ حق تعالیٰ نے فضل فرمایا۔

آگ کو سرد کرنے کا آسان عمل: (1) اگر کسی جگہ  
آگ لگ گئی، ایک کپڑے پر اسماء اصحاب کہف لکھ کر آگ  
کے بیچ میں ڈال دیں۔ آگ سرد ہو جائے گی۔ (2) اگر کوئی  
بچہ بہت روتا ہو، تو یہ اسماء لکھ کر بچے کے سر ہانے گہوارہ میں  
رکھ دیں، رونا موقوف ہو جائے گا۔ (3) بارغ اور کھیتی کی  
حفاظت کے لیے ایک کاغذ پر لکھ کر کسی لیے ہانس میں باندھ کر  
لٹکا دیں۔ (4) درود اور بخار، بادشاہ یا ظالم حاکم کے پاس  
جانے کے وقت اپنی دامن ران پر باندھیں (5) عسر ولادت،  
پانی کے جہاز یا کشتی میں اپنی حفاظت کے لیے اسماء لکھ کر  
بائیں ران پر باندھیں۔

﴿يَسْلُبُنَا ، مَغْلِبِينَ ، مَغْلِبِينَ ، مَرْتُوْهُ و  
بَرْتُوْهُ ، فَادْنُوْهُ ، كَشَفَطَطِيْوْهُ و  
كَلْبُهُمْ قَطْمِيْزُ ﴿ حضرت ابوسعید خدریؓ فرماتے ہیں  
کہ میں نے رات کو خواب میں اصحاب کہف کو دیکھا۔ میں  
نے عرض کی کہ ہم آپ کے اسماء تبرک کے طور پر لکھتے ہیں مگر کوئی  
تاخیر ظہور میں نہیں آتی، تو انہوں نے فرمایا، ہمارے نام گول  
دائرہ کی صورت میں لکھ کر قطیر وسط دائرہ میں لکھا کریں۔

رات کو خواب میں اصحاب کہف کو دیکھا۔ میں نے کہا ہم آپ کے اسماء تبرک کے طور پر لکھتے ہیں مگر کوئی تاخیر  
ظہور میں نہیں آتی، تو انہوں نے فرمایا، ہمارے نام گول دائرہ کی صورت میں لکھ کر قطیر وسط دائرہ میں لکھا کریں

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آلودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

بروج آیت نمبر 21-22) ﴿، لکھ کر آب زم زم سے دھو کر بچہ  
کو پلائیں، مجرب ہے۔

ایضاً: حضرت سلمان فارسیؓ سے روایت ہے، کہ حضور سرور  
کائنات ﷺ نے فرمایا، کہ اپنے دامنے ہاتھ کی ہتھیلی پر ۷ بار  
آیت الکرسی لکھ کر چاٹ لو۔ جو بات سن لو گے، نہ بھولو گے۔  
ضعف بصارت: جناب شیخ الاسلام دلسلین حضرت بابا  
فرید الدین گنج شکرؒ نے فرمایا، کہ جو شخص اپنے ہاتھوں کے دونوں  
انگوٹھوں پر ﴿كُشِفْنَا عَنْكَ عِطَانِكَ  
قَبْضُكَ الْيَوْمَ حَبِيْدٌ﴾ (سورۃ ق آیت نمبر 22)  
اور درود شریف ۷، ۷ بار پڑھ کر اور انگوٹھوں پر پھو کے اور اپنی  
آنکھوں پر پھیرے گا، اس کی آنکھوں کی روشنی بڑھے گی، اور  
آنکھوں کی تمام تکلیفیں جاتی رہیں گی۔

ایک شخص کو مدینہ منورہ میں ضعف بصارت کی اس حد تک  
شکایت ہو گئی تھی، کہ مطالعہ کتب اور تلاوت کلام پاک کے  
قابل نہ رہا تھا۔ کوئی دوا قوت بصر کی بھی دستیاب نہ ہو سکتی تھی۔  
ان کی روضہ مطہرہ میں ہندوستان کے ایک کامل سے ملاقات  
ہوئی۔ انہوں نے ان کو جمعہ کی اذان اور خطبہ کے درمیان  
﴿يَا بَصِيْرُ﴾ ۱۰۰ مرتبہ پڑھ کر دونوں آنکھوں پر چھتھ کر  
کر دونوں آنکھوں پر لے، اور دعا پڑھے ﴿اللَّهُمَّ نَوِّرْ  
بَصْرِيْ بِخُرْمَةِ اِسْمِكَ الْبَصِيْرُ﴾ اس عمل پر  
مداومت سے ان کی آنکھوں کی بینائی بحال ہو گئی۔

عسر ولادت کا بیان: (1) حضرت عبداللہ بن عباسؓ  
سے روایت ہے، کہ حضور ﷺ نے فرمایا، کہ عسر ولادت کے  
لیے عینی کے ایک پاک برتن پر یہ آیت لکھیں۔

﴿كَانَهُمْ يَوْمَ يَرْوُونَ مَا يُؤْخَذُونَ لَمْ يَلْبُغُوا  
إِلَّا مَسَاعَةً مِّنْ نَّهَارٍ ۚ بَلَّغْ ۚ فَبَلَ يَهْلِكُ إِلَّا  
الْقَوْمَ الْفَاسِقُونَ ۝ (سورۃ احقاف آیت نمبر 35) كَانَهُمْ  
يَوْمَ يَرْوُونَ لَمْ يَلْبُغُوا إِلَّا عَشِيَّةً أَوْ ضُحًى ۝  
(سورۃ النزع آیت نمبر 42) لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ

قرآن پاک جہاں روحانی امراض کے لیے نسخہ شفا ہے، وہاں  
جسمانی امراض کے لیے بھی شفا بخش ہے۔

تمام جسمانی امراض کا علاج: بارش کے پانی پر  
سورۃ فاتحہ ۷۰ مرتبہ آیت الکرسی ۷۰ مرتبہ، سورۃ اخلاص ۷۰  
مرتبہ اور معوذہ ۷۰ مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ اس پانی کو پینے سے  
تمام جسمانی امراض دور ہو جائیں گے۔ تمام رنگوں، پٹھوں،  
گوشت اور ہڈی سے بیماریاں نکل جائیں گی۔

قوت حافظہ کا عمل: حضرت عبداللہ بن عباسؓ روایت  
کرتے ہیں کہ حضور سرور عالم ﷺ نے مجھے قوت حافظہ کے  
لیے ارشاد فرمایا تھا کہ ایک طشتری میں زعفران سے پوری سورہ  
فاتحہ اور پوری سورۃ الملک اور آخر آیتیں سورۃ حشر کی اور پوری  
سورۃ واقعہ لکھ کر آب زم زم، بارش یا دریا کے پانی سے دھو کر  
اس پانی میں ۳۳ مشتاق لو بان اور ۱۰ مشتاق شہد خالص اور  
۱۰ مشتاق شکر ملا کر صبح صادق کے وقت تھوڑا تھوڑا کر کے  
پیو اور یہ پانی پی کر ۲ رکعت نماز پڑھو۔ دونوں رکعتوں میں سورۃ  
اخلاص پچاس مرتبہ پڑھو۔ حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ  
اگر تم چالیس روز یہ عمل کرو گے تو قوت حافظہ اس قدر بڑھ  
جائے گا کہ بیان سے باہر ہے۔

ایضاً: حضرت امام غزالیؒ نے لکھا ہے کہ جو شخص حافظہ علوم بننے  
کا خواہش مند ہو۔ اس کو چاہیے کہ عینی کے برتن پر سورۃ  
الرحمن کی شروع کی آیتیں۔

﴿الرَّحْمٰنُ ۝ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ۝ خَلَقَ  
الْاِنْسَانَ ۝ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ۝ الشَّمْسُ وَالْقَمَرُ  
بِحُسْبَانٍ ۝ وَالنَّجْمُ وَالشَّجَرُ  
يَسْجُدَانِ ۝ (سورۃ الرحمن آیت نمبر 6۴) لَا تَحْرُكَ  
بِهٖ لِسَانَكَ لِتَفْجَلَ بِهٖ ۝ اِنْ عَلَيْنَا جُمُوعُهُ  
وَقُرْآنُهٗ ۝ لَبِذَا قَرَأْنَاهُ فَاتَّبَعَ قُرْآنُهٗ ۝ ثُمَّ  
اِنْ عَلَيْنَا نَبَآئُهٗ ۝ (سورۃ لقینہ آیت نمبر 16-19) بَلْ  
هُوَ قُرْآنٌ مَّجِيدٌ ۝ فِیْ لَوْحٍ مَّحْفُوْطٍ ۝ (سورۃ

# جلے ہوئے مریضوں کے لیے تحفہ

چند دنوں میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے پاؤں ٹھیک ہو گیا۔ نہ صرف جلد پر جلن اور جلنے کی تکلیف ختم ہو گئی بلکہ پاؤں پر کوئی نشان تک نہیں رہا۔  
(تحریر: ادریس محمود..... کینٹ لاہور)

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدق جاریہ ہے بے ربطی کیوں نہ ہوں تحریر ہم ستار لیں گے۔

محترم و احب الاحرام جناب حکیم محمد طارق محمود دہلی چغتائی صاحب السلام علیکم!

جناب عالی میں آپ کی خدمت میں رتن جوت کے خواص و فوائد لکھ رہا ہوں جو کہ میرے والد مرحوم نے ہمیں بتائے اور انھیں انکے والد یعنی ہمارے دادا حضور نے بتائے۔

1- آج سے تقریباً 20 سال سے پہلے میرا چھوٹا بھائی جو کہ AC مکنیک کا کوئی کورس کر رہا تھا۔ گھر میں کوئی چیز مچن میں رکھ کر جلا رہا تھا۔ جب آگ مدہم ہوئی تو اس پر پڑول ڈالنے لگا۔ پڑول ڈالتے ہی آگ بجڑک اٹھی۔ اس کی ٹانگ ٹخنے سے لیکر پینٹ سمیت گھٹنے تک جل گئی اور ٹانگ میں انگلی کی پور کے برابر گہرے زخم ہو گئے۔ اتنے گہرے کہ ان میں انگلی کی پور جا سکتی تھی۔ میری والدہ صاحبہ نے گھر میں رتن جوت پیس کر رکھی ہوئی تھی۔ رتن جوت 20 گرام 100 گرام تلوں کے تیل میں حل کر کے لگایا۔ چند ہی دنوں میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم اور اس کی رحمت سے تمام زخم ٹھیک ہو گئے بلکہ جسم پر نشان تک بھی نہ پڑا۔

2- کچھ عرصے کے بعد ہمارے ایک ملنے والے، جو کہ الیکٹریشن کا کام کرتے ہیں۔ بجلی کا کام کرتے ہوئے نہ جانے کس طرح ان کا سینہ اور گردن اور چہرہ بری طرح جل گئے۔ جو ان لڑکا تھا غیر شادی شدہ، اسے بھی رتن جوت اور تلوں کے تیل والا نسخہ بتایا۔ تلوں کا تیل اگر میسر نہ ہو تو ناریل کا تیل بھی وہ فوائد دیتا ہے۔ چند دنوں میں اس لڑکے کا جلا ہوا سینہ، چہرہ اور گردن ٹھیک ہو گئے اور رفتہ رفتہ اب نشان بھی ختم ہو گئے ہیں۔ اور اب وہ ماشاء اللہ تین بچوں کا باپ ہے۔

3- آج سے تقریباً دس سال پہلے میری بیٹی کی عمر تین سال تھی۔ جو کہ ماشاء اللہ 13 سال کی ہے۔ گھر میں اس وقت ڈبے میں جو کہ (ڈالڈا گھی) کا تھا، تار باندھ کر پانی گرم کرتے تھے۔ میری بیوی نے پہلے بیٹی کو غسل خانے میں نہانے والی چوکی پر بیٹھنے کو کہا اور بعد میں پانی کا ڈبہ چولہے سے اتار کر

ٹب میں ڈالنے لگی ٹب خالی تھا وہ پھسل گیا اور پانی چھلک کر زمین پر یعنی غسل خانے کے فرش پر گرا، بیٹی کا پاؤں اوپر اور نیچے سے جل گیا اور بیٹی یہی کہتی رہی میری ماما نے میرا پاؤں جلا دیا۔ فی الحال ہم اسے لے کر سی۔ ایم۔ ایچ چلے گئے۔ لیکن جب واپس آئے تو والدہ نے یہی نسخہ بتایا۔ میری بیوی ایک تو اس حادثے پر، بیٹی کی تکلیف کی وجہ سے پریشان تھی اور دوسری گھریلو نسخے پر۔

ہمارے ہمسائے کہنے لگے کہ آپ لوگ اس طرح بیٹی کا پاؤں خراب کر دیں گے۔ اس دور میں دیسی نسخوں پر عمل کر رہے ہیں۔ اتنی اچھی اچھی دوائیاں ہیں، وہ لگائیں۔ لیکن میں اسی طرح اللہ پر بھروسہ کرتے ہوئے رتن جوت مزید لایا اور اس کی پسوائی خود ہاؤن دسے میں کی، جو کہ کافی مشکل ہے۔ اسے کپڑے سے چھانا اور ناریل کے تیل سے استعمال کیا۔ چند دنوں میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے پاؤں ٹھیک ہو گیا۔ نہ صرف جلد پر جلن اور جلنے کی تکلیف ختم ہو گئی بلکہ بیٹی کے پاؤں پر کوئی نشان تک نہیں رہا اور اب تو میری بیوی کسی بھی ملنے والے کو اگر اس تکلیف میں دیکھے یا کوئی جل جائے۔ تو فوراً نسخہ بتاتی ہے اور کہتی ہے میں بنا دوں آپ کو رتن جوت یعنی پسوائی کر دوں۔ حکیم صاحب یہ نسخے اور اس کا استعمال بالکل اس طرح ہمارا آزمودہ ہے۔ والسلام

## ہلاکت کے اسباب (م۔..... راوی پٹنڈی)

محترم حکیم طارق صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ماہنامہ عبقری کے قارئین کے لیے اصول موتی بھیج رہی ہوں۔ ماہنامہ عبقری میں ضرور شائع کریں۔ حضرت عبدالرحمن بن سابط سے روایت ہے کہ جب کسی ہستی والے چار چیزوں کو حلال سمجھنے لگتے ہیں تو ان کی ہلاکت کا فیصلہ کر دیا جاتا ہے۔

- (1) جب کہ وہ قول میں کمی کریں (2) پیاوش میں کمی کریں (3) بکثرت زنا کرنے لگیں (4) سود کھانے لگیں

## ماہ ربیع الاول کی نفلی عبادت

ربیع الاول کا سب سے اعلیٰ وظیفہ درود شریف کا ورد ہے لہذا اس ماہ میں کوشش کی جائے کہ کثرت سے درود پاک پڑھا جائے

۱۶ رکعت نوافل:- کتاب الاولاد میں لکھا ہے کہ جب ربیع الاول کا چاند نظر آئے اس رات کو سو رکعت نفل پڑھے۔ دو رکعت کی نیت سے ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص تین تین بار پڑھے۔ جب فراغت پائے تو کل نفلوں کے بعد یہ درود شریف ایک ہزار بار پڑھے۔ ”اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ“ ان نفلوں کی بہت فضیلت ہے اور انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز اور درود شریف پڑھنے والے رسول اکرم ﷺ کی زیارت سے فیض یاب ہوں گے لیکن اس کا خیال رکھیں کہ با وضو کریں۔

۲۰ رکعت نوافل:- جو اہر غیبی میں ہے کہ اس مہینہ میں بارہ روز تک روح مبارک ﷺ پر مدیہ اس نماز کا بھیجتا رہے کیونکہ حضرات صحابہؓ اور تابعینؓ اور تبع تابعینؓ بھی ان رکعتوں کا ثواب مدیہ روح اقدس ﷺ کو بھیجا کرتے تھے اور وہ میں رکعت ہیں۔ ہر رکعت میں ایکس ایکس بار سورۃ اخلاص پڑھی جاتی ہے، اگر روزمرہ بارہ دن تک توفیق نہ ہو تو دوسری تاریخ اور بارہویں تاریخ ضرور ہی میں رکعت ترکیب مذکورۃ الصدر پڑھ کر روح مبارک حضور اقدس ﷺ کو مدیہ پہنچانے کے اس نماز کے پڑھنے والوں کو رسول اللہ ﷺ نے خواب میں جنت کی بشارت دی ہے اور حضور اقدس ﷺ کا دیکھنا اور بشارت دینا عین حقیقت ہے۔

وظیفہ درود شریف:- ربیع الاول کا سب سے اعلیٰ وظیفہ درود شریف کا ورد ہے لہذا اس ماہ میں کوشش کی جائے کہ کثرت سے درود پاک پڑھا جائے۔ کتاب الشائع میں لکھا ہے کہ جب چاند ربیع الاول کا نظر آئے، اسی شب سے تمام مہینے تک یہ درود شریف ہمیشہ ایک ہزار پچیس بار بعد نماز عشاء کے پڑھے گا تو حضور اقدس ﷺ کو خواب میں دیکھے گا۔ وہ درود شریف یہ ہے۔ ”اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ“ ایک بزرگ کا قول ہے کہ جو شخص اخلاص کے ساتھ ربیع الاول میں سو الاکھ مرتبہ مندرجہ بالا درود پاک پڑھے گا۔ اسے حضور ﷺ کی شفاعت نصیب ہوگی۔

# خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ سطور خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لگیں۔ (ام اوراق)

## منہ پر درم

میں میزک کی طالبہ ہوں، میرے ہاتھ پاؤں کے تلوے گرمی کے موسم شروع ہوتے ہی شدت سے جلنے لگتے ہیں۔ کبھی منہ پر درم آجاتا ہے۔ پیشاب ٹیٹ کرایا، گر دے ٹھیک ہیں، میرے لیے کوئی دوائی تجویز کریں۔

(م۔ب۔کراچی)

☆ بی بی! آپ پانی کے کم از کم دس گلاس روز پیا کریں اور صبح نہار منہ زیادہ سے زیادہ پانی پیئیں۔ گرم ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔ ماہنامہ عبقری کے دفتر سے ٹھنڈی مراد منگوا کر صبح دوپہر اور شام کو ایک ایک چمچ صوف لیں۔ انشاء اللہ بہت فائدہ ہوگا۔ سبز ترکاریاں خوب کھائیے بڑا گوشت اور کھنی چیزوں سے بہت زیادہ پرہیز کریں۔

## اسپھول کا صبح استعمال

صرف جواب:

☆ انک سے س۔ الف کا مسئلہ ہے۔ آپ کے لیے اسپھول کا چھلکا نہیں بلکہ ثابت اسپھول مفید ہے۔ چھلکا کھانا چھوڑ دیجئے۔ میرے عزیز دوست محمد قاسم صاحب پشاور گئے تو وہاں ان کو کسی نے ”تارا امیرا“ کے بیج اور اسپھول ثابت کا نسخہ بتایا۔ ایک چھٹانک ثابت اسپھول صاف کی ہوئی اور ایک چھٹانک تارا امیرا کے بیج صاف کئے ہوئے بوتل میں اچھی طرح ملا کر رکھئے۔ صبح ناشتے سے پہلے ایک چمچی دوا پھیلی پر رکھئے اور سات بار سورۃ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے پانی کے ساتھ پھانکئے۔ اسپھول ثابت کو ناپائیدار اور چپا بنانا بھی نہیں۔ اسی طرح شام کو کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے نیم گرم دودھ کے ساتھ ایک چمچی دوا کھائیجئے۔ اس سے آپ کے دائمی قبض کو آرام آئے گا۔ اسپھول کا چھلکا دودھ میں بھگو کر اب استعمال نہ کیجئے۔ آپ باقاعدگی سے دونوں وقت یہ دوا لیجئے۔ گھنے کا سائل، ترکاری، مینڈے، پالک آپ کے لیے مفید ہیں۔ اب خرفے کا ساگ آجائے گا، وہ گوشت میں ڈال کر کھا سکتی ہیں۔ اس سے گوشت کی گرمی ختم ہو جاتی ہے۔

## دانتوں سے خون آتا

☆ ایبٹ آباد سے ع م صاحبہ! اتنی سی عمر میں آپ کے

جن کے بال خشک ہوں وہ مہندی میں ایک انڈا، ایک چمچ سرسوں کا تیل اور آدھے لیموں کا رس ملا کر لگائیں۔ اسے بال چمکدار ہو جاتے ہیں۔ مہندی لگا کر سر پر پلاسٹک کا لفافہ باندھئے یا پلاسٹک کیپ پہن کر تولیہ یا دوپٹہ لپیٹ لیجئے۔ اس طرح مہندی کا رنگ جلدی چڑھ جائے گا۔

## عرق النساء یا شیانیکا درد

دو سال سے میں ایک موذی مرض میں مبتلا ہوں۔ ایک دو منٹ کے لیے کھڑی ہوتی ہوں تو بائیں ٹانگ میں ہوجاتی ہے۔ پاؤں کے ناخن سے لیکر کمر تک ایک نیک چمچی ہے جس سے ناقابل برداشت درد ہوتا ہے۔ میں کلکی اور ایلو پیتھی علاج کر چکی ہوں، کوئی آرام نہیں۔ روحانی علاج بھی کرایا۔ ایک جگہ پڑے رہنے سے جسم پھولتا جا رہا ہے۔ آپ کوئی علاج بتائیے؟ یہ مرض کیوں ہوتا ہے اور علاج کروانے پر ٹھیک بھی ہوتا ہے یا نہیں۔ (روحانی بانو۔ سیالکوٹ)

☆ اس مرض کو عرق النساء، لنگڑی کا درد یا شیانیکا کہتے ہیں۔ اس بیماری کی بڑی علامات کمر کے نچلے حصے میں شدید درد ہے۔ درد کمر سے لیکر ٹانگ تک جاتا ہے۔ کثرت سے تباکو پیئے، چوٹ لگنے، پینے میں ہوا لگ جانے، ٹھنڈے مشروبات زیادہ استعمال کرنے یا سردی لگ جانے سے یہ مرض ہوتا ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کے مہرے مل جائیں اور پٹھا بیج میں آکر دب جائے تو پورے پٹھے میں درد ہوتا ہے۔ یہ پٹھا ریڑھ سے شروع ہو کر پیر تک آتا ہے اور اس میں درد ہوتا ہے۔ بعض دفعہ پھلنے، جھک کر فوراً اٹھنے پر یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے بھی یہ مرض ہو جاتا ہے۔ اسکا جدید علاج اس طرح کیا جاتا ہے۔

آرام:- مریض کو آرام کرنا چاہیے۔ بہتر نرم، مگدے والا نہ ہو بلکہ سخت ہونا چاہیے۔ لکڑی کے تخت پر سوئیں یا فرش پر بستر بچھالیں۔ اس سے آرام محسوس ہوگا۔  
فزیو تھراپی مساج:- آج کل فزیو تھراپی بھی کامیاب رہتی ہے۔ ہسپتال میں اس کا علیحدہ شعبہ ہوتا ہے۔ فزیو تھراپی کی مشینوں پر مریض کو حرارت سے سکون ملتا ہے۔ کچھ ورزشیں اور مساج کرنے سے درد میں کمی ہو جاتی ہے۔ کسی معالج سے علاج کرنا چاہیے۔ حکمت میں بھی ایسی دوائیں موجود ہیں جن سے یہ تکلیف رفع ہو جاتی ہے۔ آپ کلونجی صاف کر کے باریک پس کر رکھ لیجئے۔ صبح گرم پانی کے ایک پیالے میں ایک چمچ شہد ملا کر اس کے ساتھ تین گرام کلونجی روزانہ کھائیے۔ کلونجی میں موت کے سوا ہر مرض سے شفا ہے۔

دانت مل رہے ہیں، یہ اچھی بات نہیں ہے۔ لیکری چھال کا منجن بنائیے۔ یا لیکری نرم مسواک استعمال کیجئے۔ صبح شام دودھ پیا کیجئے۔ دانتوں سے خون آ رہا ہو تو آپ وٹامن سی 500 ملی گرام کی ایک گولی روزانہ کھائیے۔ گائے کا گوشت آپ اور آپ کی والدہ دونوں کے لیے مفید ہے۔ لیموں کی سکینجین آپ کے لیے اچھی ہے۔ مالے، کیو وغیرہ خوب کھائیے۔ لیکر نہ ملے تو آپ نیم کی نرم مسواک بھی کر سکتی ہیں۔

## مہندی کا رنگ زیادہ کیسے ہو

مہندی کس طرح زیادہ رنگ لاسکتی ہے؟

☆ 1709ء میں ایک ماہر نباتات ڈاکٹر لاسون نے مہندی پر ریسرچ کر کے اس کا موثر جوہر دریافت کیا جو انہی کے نام پر لاسون کہلاتا ہے۔ اچھی مہندی وہی ہوتی ہے جس میں لاسون زیادہ ہو۔ رنگ زیادہ کرنے کے لیے اس میں سڑک ایسڈ وغیرہ شامل کر دیا جاتا ہے۔ بطور دوا مہندی استعمال کرنی ہو تو آپ پتے خرید کر خود پیسے۔ مہندی سے بال رنگنے کے لیے وقت کی ضرورت ہے۔ مہندی کا رنگ ایک دم نہیں چڑھتا کیونکہ اس کے لیے حرارت کی ضرورت ہوتی ہے۔ بالوں پر لگانے کے لیے آپ اچھی سبز تازہ مہندی کا انتخاب کیجئے۔ اس میں تھوڑا سا پھلوں کا سرکہ یا ایک لیموں کا رس ملائیے اور کچھ دیر کے لیے اسے رکھ دیجئے۔ آپ گہرا رنگ دینا چاہتی ہیں۔ ایک چمچ سیاہ کافی یا چائے پکا کر اس کے پانی میں مہندی گھولنے۔ اخروٹ کی چھال یعنی دنداسہ کے کٹڑے پانی میں چھ سات دن بھگو کر پانی پکا کر اس میں مہندی گھول سکتی ہیں۔ مٹی بھر آلو سے کڑا ہی میں بھگو کر، پانی پکا کر، جھان کر مہندی میں ڈال سکتی ہیں۔ آپ انار کے چھلکے، چمچ بھر کلونجی، چمچ بھر پیتھی دانہ، ایک پیاز کے چھلکے، چائے کا ایک چمچ پانی میں ملا کر پکائیے۔ جھان کر اس میں ایک لیموں کا رس ملائیے۔ مہندی اس پانی میں گھول کر لگائیے۔ رنگ اچھا آئے گا۔

چند روز کا رس یا چند روز کے کٹڑے پانی میں پکا کر مہندی میں ملائیے۔ سرخ شوخ رنگ آئے گا۔ تھوڑی سی ریوند چینی تیس کر ملائیے۔ اس سے بھی اچھا رنگ آتا ہے۔ دوسے کے پتے تیس کر ملانے سے بالوں کا رنگ سیاہی مائل ہو جاتا ہے۔



# دنیا بدل گئی

وہ بھوکا بھی تھا اور اس کا گھوڑا بھی بھوکا تھا مگر اس کے پاس دام نہیں تھے۔ ایک عورت گئی اور دس درہم لا کر مسافر کو دیئے اور کہا یہ رقم میں نے اپنے کفن دفن کے لیے رکھی تھی

(تحریر: حاجی صاحب - فیصل آباد)

ایک شخص کو جب روزگار کی تنگی نے آلیا تو اس نے اپنے شہر سے ہجرت کرنے کا پروگرام بنایا۔ اس نے اپنی بیوی اور اکلوتی بیٹی کو اللہ تعالیٰ سبحانہ کے سپرد کیا اور خود دوسرے شہر کے لیے روانہ ہو گیا۔ اس کے پاس صرف ایک گھوڑا تھا۔ جب رات ہوئی تو وہ ایک سرائے میں اترا۔ باہر چار پائی پر بیٹھ گیا اور گھوڑے کو باندھ دیا۔ وہ سرائے ایک عورت چلاتی تھی اور اس کی واحد مالک تھی۔ مسافر دن کو رہائش اور کھانا بھی خود ہی مہیا کرتی تھی۔ اس کی کوئی اولاد نہ تھی۔ جب اس نے ایک مسافر کو بیٹھے دیکھا تو پوچھا کہ وہ کھانا کھائے گا؟ مگر مسافر چپ رہا اور کوئی جواب نہ دیا۔ وہ عورت چلی گئی۔ کچھ دیر کے بعد وہ پھر آئی اور کھانے کا پوچھا۔ مسافر نے عرض کیا کہ وہ بھوکا بھی ہے اور اس کا گھوڑا بھی بھوکا ہے۔ مگر اس کے پاس دام نہیں ہیں۔ عورت چلی گئی اور دس درہم لا کر مسافر کو دیئے اور کہا یہ رقم میں نے اپنے کفن دفن کے لیے رکھی تھی، تجھ کو دیتی ہوں اگر ہو سکے تو واپس کر دینا اور مسافر کو اپنے پاس سے کھانا بھی کھلایا اور گھوڑے کو گھاس خرید کر ڈالی۔ اب خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ وہ مسافر کسی دوسرے شہر چلا گیا اور اس نے اس دس درہم سے کاروبار شروع کیا۔ کاروبار چل نکلا اور وہ اس شہر کا امیر کبیر شخص بن گیا۔ ایک روز اس کے شہر سے ایک قافلہ آیا اور اسے اس کی بیوی کا خط دیا جس میں لکھا تھا کہ آپ کی بیٹی جو آپ شیر خوار چھوڑ گئے تھے، اب جوان ہو گئی ہے۔ اس کی شادی کرنی ہے۔ خود بھی آجائیں اور رقم کا بندوبست بھی کر کے آئیں۔ اس تاجر نے اپنا کاروبار پارسیٹا اور نقد رقم لیکر گھوڑے پر سوار ہو کر عازم وطن ہوا۔

اللہ تعالیٰ سبحانہ کی شان کریمی، چلتا ہوا اس سرائے میں پہنچا جو کہ عورت چلاتی تھی۔ اس نے لوگوں کے بارے اس عورت کے متعلق دریافت کیا۔ لوگوں نے بتایا کہ وہ عورت سخت بیمار ہے۔ تاجر نے سوچا کہ چلو اس کی عیادت بھی کرتے ہیں اور اس کا قرضہ بھی واپس کر دیتے ہیں۔ جب وہ عورت کے پاس پہنچا تو وہ انتقال کر چکی تھی۔ اب اس تاجر نے اس کی تجھیز و

## کیا آپ بابرکت، کشادہ، رزق چاہتے ہیں

جو شخص بعد نماز مغرب سورۃ واقعہ کی تلاوت کرتا رہیگا۔ وہ کبھی بھی کسی کا محتاج نہیں ہوگا ☆ سال بسال ہر ربیع الاول کے مہینے کی ہر جمعرات کو ذیل کا عمل کرنے سے انشاء اللہ سال بھر اس کی روزی میں برکت رہے گی اور تنگدستی کا فور ہو جائے گی عمل یہ ہے:- گلاب کا ایک گلفستہ پھول لیکر اول تین بار درود شریف پڑھے پھر اکیس اکیس مرتبہ **اللَّهُ نَاصِرٌ** اور اللہ **حَافِظٌ** اور اللہ **الضَّمَدُ** سو مرتبہ پھر تین بار درود شریف پڑھے کہ پھول پر دم کرے اور ہر وقت اس کو سوگھتا رہے جب پھول سوکھ جائے تو کھالے۔

☆ سورۃ القدر کثرت کے ساتھ پڑھے اور بعد فراغت سات بار یہ دعا پڑھنی چاہیے۔ ”**اَللّٰهُمَّ يَا مَنْ يَلْقٰی مَنْ خَلَقَہٗ جَمِیْعًا وَلَا یَلْقٰی مِنْ اَحَدٍ مِنْ خَلْقَہٗ یَا اَحَدٌ مَنْ لَا اَحَدٌ لَہٗ انْقَطَعَ الرَّجَاءُ اِلَّا فِیْکَ وَ خَابَتْ اَلْاَعْمَالُ اِلَّا فِیْکَ یَا غِیَاثَ الْمُسْتَغِیْثِیْنَ . اَعِیْثِیْ . لَفْظ ”اَعِیْثِیْ“** کو سات مرتبہ کہنا چاہیے۔ اگر اکٹالیس دن تک متواتر بلا ناغہ اکٹالیس مرتبہ روزانہ تہجد کے وقت پڑھے گا تو رزق کے دروازے اس پر کھول دیئے جائیں گے۔ (انشاء اللہ)

☆ اول دور رکعت نماز نفل پڑھے۔ پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد حسب ذیل آیت پڑھے: **وَ عِنْدَہٗ مَفَاتِیْحُ الْغَیْبِ لَا یَعْلَمُہَا اِلَّا ہُوَ** (سورۃ الانعام آیت نمبر 59) آخر تک پھر دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد **وَمَا مِنْ دَآبَّةٍ فِی الْاَرْضِ اِلَّا عَلٰی اللّٰہِ رِزْقُہَا** (سورۃ صر آیت نمبر 6) آخر تک۔ سلام کے بعد **اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ الْغَفُوْرَ الرَّحِیْمَ** کثرت کے ساتھ پڑھے۔ ان شاء اللہ رزق میں فراخی نصیب ہوگی اور وہ شخص کبھی محتاج نہیں ہوگا۔ ان شاء اللہ چاہیے کہ ہفتے میں ایک بار یہ نماز پڑھ لیا کرے۔

☆ سورۃ واقعہ کو بعد از نماز مغرب کم از کم دو دفعہ پڑھنا چاہیے۔ رسول اللہ ﷺ فرماتے ہیں کہ جو شخص بعد نماز مغرب سورۃ واقعہ کی تلاوت کرتا رہیگا۔ وہ کبھی بھی کسی کا محتاج نہیں ہوگا۔ (بحوالہ ”کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات“، مشکلات، لا علاج بیمار یوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں)

تکفین بہت شان دار طریقہ سے کی اور خود اسے اپنے ہاتھوں سے لحد میں اتارا۔ رات کو تاجر جب سونے لگا تو اس نے دیکھا کہ اس کی رقم والی تھیلی غائب ہے۔ جب اس نے خوب غور کیا تو اسے پتہ چلا کہ وہ تھیلی تو اس عورت کو قبر میں اتارتے وقت لحد میں گر گئی ہے۔ اب اس نے قبرستان کا رخ کیا چونکہ ابھی قبر تازہ تھی لہذا اسے قبر کھولنے میں کسی دقت کا سامنا نہ کرنا پڑا۔ جب وہ قبر میں اترا تو بجائے اس عورت کی میت کے ایک دروازہ پایا جو نیچے کو کھلا ہوا تھا۔ وہ لاشعوری طور پر دروازے میں داخل ہو گیا۔ دیکھا کہ وہاں نہایت خوبصورت باغ ہے۔ اس میں ایک درخت کے سایہ میں ایک نہایت حسین و جمیل لڑکی بیٹھی ہے اور اس کے ارد گرد بہت سی خادماں ہیں۔ اس لڑکی نے اس تاجر کو پہچان لیا اور اسے رقم کی تھیلی دیتے ہوئے کہا کہ یہ تھیلی لو اور جتنی جلدی ہو قبر سے باہر نکل جاؤ۔ میں وہی سرائے والی عورت ہوں۔ تاجر قبر سے باہر آ گیا۔ جب سرائے میں پہنچا تو وہاں سرائے کا نام و نشان نہیں تھا۔ وہاں ایک خوبصورت شہر آباد تھا۔ جب لوگوں سے پوچھا تو انہوں نے بتایا کہ کسی قدیم زمانے میں یہاں ایک سرائے ہوا کرتی تھی، جس کی مالک ایک عورت تھی۔ جب وہ مر گئی تو ایک امیر کبیر تاجر نے اس کی تجھیز و تکفین نہایت شاندار طریقہ سے کی اور وہ تاجر دوسرے دن اپنے گھر کو روانہ ہو گیا۔ اب وہ تاجر بہت پریشان تھا کہ دنیا ہی بدل گئی تھی۔ وہ ایک بزرگ کے پاس گیا اور ساری داستان بیان کی۔ اس بزرگ نے اسے کہا کہ وہ شاہ حضرت عبدالعزیز صاحب محدث دہلوی کے پاس دہلی چلا جائے۔ وہ اس کا صلہ بتائیں گے وہ تاجر شاہ صاحب کے پاس دہلی پہنچا اور شروع سے لیکر آخر تک پورا قصہ بیان کیا۔ تو شاہ صاحب نے فرمایا کہ آخرت کا ایک لمحہ اس دنیا کے ہزاروں سال کے برابر ہوتا ہے۔ اب وہ مکہ معظمہ چلا جائے اور بقیہ زندگی وہاں بسر کرے وہ تاجر مکہ معظمہ چلا گیا اور باقی زندگی وہاں گزار دی۔

**نہایت توجہ طلب:** جوابی الفاظ یا نئی آرڈر پر پتہ نہایت واضح، صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں اور ہاتفون نمبر ضرور لکھیں۔ ماہنامہ بقری سے رابطہ کیلئے فون نمبر 042-7552384

## بد صورت انگلیاں جلدی خارش نکسیر جاری ہوگئی جریان کیا ہے؟ منہ سے خون

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو جب طلب امور کے لئے یہ لکھا ہوا جوابی الفاظ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی کوئی پانی نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی الفاظ لازم سے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** دوسری غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

### دل کی تیز دھڑکن

(ذیشان احمد۔۔۔ تربت)

عمر ۲۱ سال برس ہے۔ میرا دل بہت دھڑکتا ہے، سانس پھول جاتا ہے۔ تھوڑا سا دوڑوں یا چاٹک کوئی بری خبر سن لوں تو دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے۔ علاج بہت کر لیا، لیکن وقتی فائدہ ہوتا ہے۔ امید ہے کوئی مفید دوا علاج بتائیں گے۔  
جواب:- بظاہر آپ قلب کی کمزوری کا شکار لگتے ہیں۔ ویسے یہ شکایات جسم میں خون کی کمی کا نتیجہ بھی ہو سکتی ہیں۔ مناسب ہو گا کہ آپ اپنا مناسب چیک اپ کرالیں تاکہ اصلی سبب کا کھوج لگ سکے۔ محض تجویز کردہ دوا پر انحصار مناسب نہیں۔ امراض قلب کے خصوصی شعبے سے رجوع کر کے اپنی مرض کی تشخیص کرا لینی چاہیے۔ اس طرح جد صحت یاب ہو جائیں گے۔ اس وقت تک عمدہ قسم کے عرق گلاب (نصف پیالی) میں ۲۵،۲۰ کشتیں رات کو بھگودیں۔ اس عرق اور کشتیں کا صبح ناشتے سے پہلے استعمال مفید رہے گا اور چارٹ سے غذا نمبر 3-4 کو استعمال کریں۔

### نکسیر جاری ہوگئی

(عبدالرحمن یمن۔۔۔ آزاد کشمیر)

کچھ عرصہ سے میری نانی کی ناک سے خون بہنا شروع ہو گیا ہے۔ یہ سلسلہ وقفے وقفے سے ہوتا ہے۔ معالجین کا کہنا ہے کہ ان کا بلڈ پریشر بہت بڑھ جاتا ہے، اس لیے ناک سے خون جاری ہو جاتا ہے۔ ہم کافی پریشان ہیں، کوئی مناسب علاج بتائیے۔

جواب:- ہاں، محترم ڈاکٹر صاحبان کی رائے صحیح ہے۔ آپ محترمہ نانی جان کو مشورہ دیں کہ وہ آلو بخارہ خشک ۵ عدد رات کو آدھا گلاس پانی میں بھگودیں۔ صبح گھٹلیاں پھینک دیں اور باقی سب پی لیں۔ اس سے بلڈ پریشر کم ہو جائے گا۔ یہ ایک اچھا علاج ہے۔ کھانے میں ہر اگلیا زیادہ سے زیادہ نوش

لیں۔ ایک تدبیر کھیکو اور کا گودا لگاتا ہے۔ رات کو سوتے وقت یہ گودا ناخنوں پر لگائیں۔ انشاء اللہ ماہ دو ماہ میں ناخنوں کا مرض دور ہو جائے اور چارٹ سے غذا نمبر 3-4 کو استعمال کریں۔

### کمر میں درد

(نورین۔۔۔ کوئٹہ)

عمر ۲۹ برس، ایک کالج میں ٹیکچرر ہوں۔ کلاس میں طالبات کو کھڑے ہو کر ٹیکچر دیتی ہوں۔ اس وجہ سے کچھ عرصے سے کمر کے نچلے حصے میں درد ہونے لگا ہے۔ بستر پر لیٹے بغیر آرام نہیں ملتا۔ کیا اس درد کے لیے طب اسلامی میں کوئی مرہم یا یوٹی ہے جس کے استعمال سے اس درد کی تکلیف سے نجات مل جائے؟

جواب:- آپ عبقری کی ”سکونی“ استعمال کریں۔ ۲ کپسول صبح ۲ کپسول رات کو، ۱۵-۲۰ دن کھالیجے۔ اس سے تکلیف رفع ہو جائے گی۔ چارٹ سے غذا نمبر ۱۹ استعمال کریں۔

### جلدی خارش

(محمد دلاور خان۔۔۔ کوٹ اود)

عمر ۲۰ برس، عرصہ ایک سال سے مجھے جلدی خارش کی شکایت ہوگئی ہے۔ کھلانے پر ذخم بن جاتے ہیں۔ اسکی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ حکیم صاحب! کوئی مناسب سا علاج تجویز فرمائیے۔

جواب:- آپ پہلے دو کام کیجئے: گائے کا گوشت بالکل ترک کر دیجئے۔ یہ بڑی خطرناک چیز ہے۔ اور پاکستان میں گائے کا گوشت تو انسانوں کے کھانے کا ہوتا ہی نہیں ہے۔ دوسری بات یہ کہ آپ اگر مٹھائیاں زیادہ کھاتے ہیں تو ان میں کمی کر دیجئے۔ قرص زرد (یہ ہلدی سے بننے ہیں) ایک قرص روزانہ رات کو کھائیے۔ دو تین ہفتے یہ علاج جاری رکھیں۔ عبقری کی مرہم سکونی بھی اچھی مرہم ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 3-4 کو استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

### ناک کی ہڈی

(فاطمہ۔۔۔ سیالکوٹ)

چند ماہ پہلے میں نے ناک کی ہڈی بڑھنے پر اس کا آپریشن کرایا ہے، لیکن کسی نے کہا کہ یہ ہڈی دوبارہ بڑھ جاتی ہے۔ یہ بات سن کر کافی فکر مند ہوگئی ہوں۔ کیا واقعی یہ بات درست ہے؟ براے مہربانی ناک کی ہڈی کی بڑی ہوئی ہڈی کا مستقل علاج عنایت فرمائیے۔

جواب:- جی ہاں، اکثر و بیشتر یہ ناک کا آپریشن بے فائدہ رہتا ہے۔ ان دنوں ناک کا آپریشن ایک فیشن بن گیا ہے۔ ایک زمانے میں اینڈکس کا آپریشن فیشن تھا۔ حالات نے ثابت کر دیا کہ وہ اشد غلط تھا۔ آنے والا وقت بتائے گا کہ ناک کا آپریشن بھی غلط ہے، صحیح علاج ناک کا غسل ہے۔ نمک اور گرم پانی سے ناک کو غسل دینا ناک کے درم کو دور کر دیتا ہے۔ یہ علاج شافی ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 2 کو استعمال کریں۔

### ناخن نہیں بڑھتے

(نسیم رانا۔۔۔ فیصل آباد)

عمر ۲۰ سال، ہاتھوں اور پیروں کی انگلیوں کے ناخن بڑھنے کی رفتار بہت کم ہے اس وجہ سے خاص طور پر ہاتھ کی انگلیاں بد صورت ہوگئی ہیں۔ محفل میں اپنے ہاتھوں کو چھپا کر رکھنے کی کوشش کرتی ہوں۔ احساس کمتری کا شکار بھی اس وجہ سے ہو گئی ہوں۔ کوئی ایسا علاج بتائیے کہ میرے ناخن دوسری لڑکیوں کی طرح بڑھنے لگیں اور خوبصورت ہو جائیں۔

جواب:- ناخن کا تعلق دوران خون سے ہے۔ خون جب انگلیوں کے پوروں سے گزرتا ہے تو خون کے سفید ذرات یہیں رک جاتے ہیں۔ ان سے ناخن بننے ہیں۔ ہو سکتا ہے دوران خون کا کوئی نقص ہو، مگر بظاہر آپ کے ناخن مریض ہیں۔ ان کے مرض پر توجہ کرنی چاہیے۔ ممکن ہے کہ ان میں نفکس کا اثر ہو گیا ہو۔ مناسب ہے کہ کسی ماہر سے مشورہ کر

جان فرمائیں۔ ہر اگلیا حضور نبی کریم ﷺ کی پسندیدہ غذا تھی۔  
چارٹ سے غذا نمبر 6 کو استعمال کریں۔

کھلا کھلا کرنے سے مسائل پیدا کرتے ہیں۔ ان سے  
بچنا چاہیے۔ اگر مرض زیادہ ہو تو نو جوانوں کے روگ کورس کو  
استعمال کریں۔

### منہ سے خون

(زاہدہ تول۔۔۔ فیصل آباد)

میں جب بھی کھلی یا وضو کرتی ہوں تو منہ سے خون جاری ہو جاتا  
ہے۔ اس کی وجہ سے وضو کرنے میں خاص طور پر پریشانی  
ہوتی ہے۔ حالانکہ روزانہ صبح کو تھوٹھ پیسٹ سے دانت اچھی  
طرح صاف کرتی ہوں۔ رمضان میں دانت مزید حساس  
ہو جاتے ہیں۔ کیا علاج کیا جائے؟

جواب:- محترمہ، یہ آپ کا مسئلہ توجہ چاہتا ہے۔ سب سے  
پہلی بات یہ کہ گائے، بھینس کا گوشت بالکل ترک کر دیجئے۔  
یہ گوشت سوزھوں کا دشمن ہے۔ آپ کو وائٹس کی ضرورت  
ہے۔ ۵۰۰ گرام کی ایک ٹیکہ کافی دنوں تک روزانہ کھائیے۔  
کوشش کر کے صبح و شام مسواک کرنے کی عادت کو اپنائیں۔  
سنت سمجھ کر مسواک کرنے سے تقریباً ڈیڑھ ہفتے کے دوران

### جریان کیا ہے؟

(حبیب نواز عبدالجید اہلین دہلی)

میں جریان کے مارے میں ذرا تفصیل سے معلوم کرنا چاہتا  
ہوں۔ ازراہ کرم مجھے اس کے اسباب، علامات اور علاج کے  
بارے میں بتا دیجئے۔

جواب:- یہ نو جوانوں کا مسئلہ ہے اور زیادہ تر یہ لڑکے اور لڑکیاں  
نتیجہ ہوتا ہے۔ مرد کا جو ہر ایک تھیلی میں رہتا ہے۔ جب یہ  
تھیلی بالبا بھر جاتی ہے تو مادہ چھلکتا ہے اور باہر نکل جاتا ہے۔  
یہ کوئی مسئلہ نہیں ہے اسے بھول جانا چاہیے۔ غلطیوں کے نتیجے  
میں ایسا ہوتا ہے کہ حس بڑھ جاتی ہے۔ اس بڑھی ہوئی حس کی  
وجہ سے یہ مادہ خارج ہو سکتا ہے۔ اس کا علاج احتیاط ہے۔  
غلطیاں نہ کی جائیں، خود بخود حالات اعتدال پر آ جاتے  
ہیں۔ لوگ اسے خواہ مخواہ مرض بتا دیتے ہیں اور دوائیں

### چھوٹی عمر میں کردرد

عمر ۲۰ سال، ایک سال سے صبح بیدار ہونے پر کمر میں درد  
ہوتا ہے جو کچھ دیر بعد ٹھیک ہو جاتا ہے۔ برائے مہربانی کوئی  
سخن سمجھو پڑھائیے۔ (ندیم کریم۔ لاٹھی)

جواب:- ذرا غور فرمائیے ۲۰ سال کی عمر میں درد ہو رہا ہے۔  
جو کہیں ۵۰-۸۰ سال کی عمر میں ہونا چاہیے۔ ندیم کریم  
صاحب! ایسا لگتا ہے کہ آپ کا پانچ ڈھیلا ہے۔ اس کی ادوان  
کسی ہوئی نہیں ہے۔ جھولی سی چار پائی میں کمر مڑی رہتی ہے  
جب کہ انسان کا صحیح انداز کمر کھینچا ہوا ہے۔ زمین پر یا پھر تخت  
پر سونے کی عادت کو اپنائیں۔ کچھ عرصہ زمین یا تخت پر سونے  
سے بہت زیادہ فائدہ ہو گا اور ہارڈ بیڈ پر کمر سیدھی رہے گی تو یہ درد  
نہیں ہوگا۔ چارٹ سے غذا نمبر 2-3 کو استعمال کریں۔

### مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، اربر، موٹھ، ہرا چھولیا، کپنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھی کا داڑھی یا انجبار کا قبوہ، اچار لیٹوں، مرہ، آملہ، مرہ، ہریڑ، مرہ، بی، مونگ پھلی، شربت انجبار، کھجور، جاسن، فالہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی مین والی، چنے، کریلے، نماڑ، حلیم، بڑا قیہ اور اس کے انجبار کا قبوہ، کباب، پیاز، کڑی، مین کی روٹی، دار چینی، لوگ کا قبوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، میوہ (مفتی)، مین کا حلوہ، عتاب کا قبوہ
غذا نمبر 3	غذا نمبر 4
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بیگن، پکڑے، انڈے کا آلیٹ، دال مسور، ٹماٹو کچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پرائی میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاور قبوہ، قبوہ اجوائن، قبوہ تیز پات، کھوئی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مرہ، آم، مرہ، ادراک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قبوہ، ادراک شہد والا، قبوہ، سونف، پودینہ، قبوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دلی گھی، پیسٹ، کھجور تازہ، خر بوڑھ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلفند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	غذا نمبر 6
کدو، نینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ، پیٹھا، امرود، گرما، سردا، خر بوڑھ، پیکا، مرہ، گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤ زبان، عرق گاؤ زبان، انجیر، قبوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوچی، دودھ سویاں، پیٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ، مٹھلی اسکٹ، کسٹر، جیلی، برنی، کھویا، کنڈیریاں، گنے کا رس، تر بوڑھ، شربت بزدوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیر، شلجم سفید، کٹری، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھجور، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، کھجوریلے، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میتھی لسی، الانچی، مٹی دانہ والا شہد دودھ، مالٹا، مکی، پیٹھا، الہچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروز، شربت مندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	غذا نمبر 8
اردی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاو کے پتے، لسوڑھے کا اچار، جو گوشت، ناشپاتی، تازہ سکھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قبوہ بڑی الانچی، شربت گوند، گوند کثیر اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاو، دہی، بھلے، آلو چھوڑے، بکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مرہ، سیب، مرہ، مٹی، خمیرہ مروارید، سبز بھر، بھنے ہوئے آلو، سکترہ، انناس، رس بھری

# بڑی بوڑھیوں کے آزمودہ گھریلو ٹوٹکے آپ کے لیے

گھر بنانے، گھر سجانے، گھر سنوارنے اور گھر بھر کی صحت کے لیے ضروری ٹوٹکے استعمال کریں

دیواروں پر سے پنسلوں کے نشانات

(مرسلہ: روبینہ ناز دہلی۔۔۔ فیمل آباد)

نئے بچے بعض اوقات پنسلوں سے دیواروں پر نشانات لگا دیتے ہیں ان کو صاف کرنے کے لیے ٹھنڈے پانی میں کپڑا ڈبو کر اس پر سہاگہ چمڑک کر نشانات زدہ حصوں پر رگڑنے سے دیواریں صاف ہو جاتی ہیں۔

پھمڑوں کو بھگانے کا طریقہ

تلسی کے پتوں کے رس کو اپنے جسم پر مل لینے سے پھمڑ بھاگ جاتے ہیں۔

انڈوں کو دیر تک تازہ رکھنا

کچھ خواتین انڈوں کو نمک میں دبا دیتی ہیں۔ اس طرح وہ تازہ رہتے ہیں۔ پہلے زمانے میں خواتین انڈوں کو ریت کے نیچے دبا دیتی تھیں اور اس ریت پر روزانہ پانی کا چھڑکاؤ کرتی تھیں اس طرح انڈے کافی مدت تک غذائیت سے بھرپور رہتے تھے۔

اگر زہریلا کیڑا کاٹ لے

اگر کوئی زہریلا کیڑا جسم کے کسی حصے پر کاٹ لے تو اس کا فوری علاج یہ ہے کہ اس جگہ جہاں کیڑے نے کاٹا ہو۔ لیموں کا رس پکادیں، فوری آرام آجائے گا۔

نیل پالش ریوور

آپ نیل پالش ریوور گھر پر آسانی کے ساتھ تیار کر سکتی ہیں اور پیسے بھی بچا سکتی ہیں۔ ایک بوتل اصلی "ایسی ٹون" (Acetone) کی کیسٹ سے خرید لیں اور اس میں چار پانچ قطرے کسٹرائل ملا دیں۔ پالش ریوور تیار ہو جائے گی۔

دیمک لگ جائے

جس جگہ دیمک لگ جائے وہاں مٹی کے تیل میں تار کول ملا کر لگا دیں دیمک فوراً بھاگ جائے گا۔ نیم کے خشک پتوں کی دھونی دینے سے دیمک ختم ہو جاتا ہے۔

چائے کے داغ

چائے کے داغ دور کرنے کے لیے سہاگہ، گرم دودھ اور گلیسرین مفید ہیں ان میں سے کوئی بھی ایک چیز لگا کر داغ دور کر سکتے ہیں۔

شیر خوار بچوں کے لیے مفید مشورے

(ایم۔ شاہد تھڑا توڑ)

- (1) بچے کے منہ پر کھانسنے اور چھینکنے سے پرہیز کریں۔
- (2) بچے کے منہ کا بوسہ لینے سے آپ خود بھی بچیں اور دوسروں کو بھی اسکی تاکید کریں (3) تیز روشنی سے بچے کی آنکھ کی حفاظت کرنے میں کبھی غفلت نہ کیجیے (4) بچے کو کتے، بلیوں یا گندے کھلونوں سے کبھی نہ کھیلنے دیجیے (5) کھمیوں اور پھمڑوں سے بچے کی حفاظت کیجیے۔
- (6) بچے کی پینہ کو سہارا دیے بغیر کبھی نہ اٹھائیے۔
- (7) بچے کو ہر روز پاخانہ کرنا چاہیے، اس کا خیال رکھیں۔
- (8) بچے کو گرم موسم میں خاص طور پر پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اسکو ہرگز نہ بھولیے۔ (9) بچے کے جسم اور جوڑوں پر پاؤڈر لگانے میں غفلت نہ کیجیے (10) پیدا ہونے کے بعد فوراً اور پھر روزانہ بچے کی آنکھیں صاف کرنا ہرگز نہ بھولیں۔

بالوں کے لیے آسان نسخہ (مرغفر۔ بجنند تلہ گنگ)

بیری کے پتے باریک کوٹ کر انکے ساتھ سر دھوئیں تو بھی بال مضبوط ہو گئے۔ تلوں کے پتے آبِ جل آسانی سے مل سکتے ہیں۔ پانی میں ڈالیں تو بال بال شپو کی طرح ہو جائیں گے۔ بال خوبصورت اور چمکدار ہو جائیں گے۔

سر کی خشکی کے لیے: کم خرچ نسخہ، جو آزمایا ہوا

ہے۔ لوکی کدو کا پانی 8 تولہ۔ خالص تلوں کا تیل 2 تولہ۔ لوکی کدو کا پانی نکال کر تلوں کا تیل شامل کر دیں اور ہلکی آج پر جوش دیکر پانی جلادیں۔ روغن صاف کر کے شیشی میں رکھ دیں۔ بوقت ضرورت استعمال کریں اس سے نہ صرف خشکی دور ہوگی بلکہ بال مضبوط اور دراز ہو گئے اور گرتے ہوئے بال رک جائیں گے۔

اخروٹ کی ٹانی: اخروٹ کی گری 50 گرام، دودھ

آدھا لیٹر، بھسن 1 چمچ، کھویا 100 گرام، بھجنی 150 گرام۔

بنانے کا طریقہ: اخروٹ باریک پیس لیں۔ دودھ اتنا

ابالیں کہ آدھا رہ جائے پھر اس میں بھجنی اور اخروٹ ڈالیں

اور چمچ ہلاتی رہیں۔ خوب ہلائیں گاڑھا ہو جائے تو اتار

لیں۔ ایک تھالی میں مکھن لگا کر الٹ دیں سطح ہموار کر کے

ٹکڑے کاٹ لیں۔ تیار ہے، مزے سے کھائیں۔

## مٹانے کی گرمی

(حافظ اجمل۔۔۔ دوسرں)

محترم حکیم محمد طارق محمود دہلی چغتائی صاحب اسلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں آپ کا ماہنامہ عبقری بہت شوق سے پڑھتا ہوں اور پڑھنے کے بعد دل کو ایک تسلی مل جاتی ہے کہ ابھی اس دنیا میں کچھ ایسے لوگ بھی موجود ہیں جو دوسرے لوگوں کی تکلیف کو اپنی تکلیف محسوس کرتے ہیں۔ اسی بناء پر میں اپنا ایک آزمودہ تجربہ لکھ رہا ہوں۔ جو ایک حقیقت ہے۔ امید ہے یہ عبقری کے قارئین کے لیے فائدہ مند ثابت ہوتا گا۔

مجھے کافی عرصہ سے جربان کی شکایت تھی اور پیشاب کے بعد لیس دار سفید قطرے آتے تھے۔ کافی پریشان تھا ایک ریزمی والے نے نسخہ بتایا میں نے آزمایا اور میں بالکل تسکین سے ہو گیا اور اپنی خوشی اپنی زندگی گزار رہا ہوں۔

**نسخہ هو الشافی**۔۔۔ آدھا کلو گائے کا دودھ

گرم کریں اور دودھ میں چھلکا اسپنول (6 چمچ چائے

والے ڈالیں)، الاپچی چھوٹی 5 عدد توڑ کر ڈالیں۔ مصری

اتنی ڈالیں کہ دودھ میٹھا ہو جائے۔ برتن کو بعد میں ہلائیں

تا کہ سب کچھ مکس ہو جائے۔ ٹھنڈا کر کے فریج میں رکھیں

اگر فریج نہ ہو تو باہر کی ادھی جگہ پر رکھیں۔ صبح نماز کے بعد

نہار منہ کھائیں اور کھانا ایک گھنٹہ بعد میں کھائیں۔ بفضل

تعالیٰ ضرور فائدہ ہوگا۔ تقریباً ایک ہفتہ ضرور استعمال کریں۔

نوٹ:۔۔۔ نسخہ شدید سردی میں استعمال نہ کریں اس کے

استعمال سے خون رک جاتا ہے۔ اور پریشانی کا سامنا کرنا

پڑتا ہے۔ گرمیوں میں اس کو استعمال کر سکتے ہیں۔

## نہایت افسوس ناک پہلو

قارئین! ماہنامہ عبقری، خالص روحانی اور جسمانی خدمت سے

مزین ہے۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب ادویات اور رسالہ

VP (وی پی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء

بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ

ہے کہ VP منگوانے کے بعد، منگوانے والے اکثر وصول نہیں

کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔ قارئین اس کا نقصان آپ کے

پسندیدہ عبقری کو پہنچتا ہے حتیٰ کہ ہم سوچنے پر مجبور ہو گئے ہیں کہ

آئندہ VP کی سہولت ختم کر دی جائے بلکہ عرض کیا جائے کہ

پہلے رقم بھیجیں پھر ہم آپ کا آرڈر پوسٹ کریں گے۔ لہذا

درخواست ہے اگر آپ VP منگوائیں تو اسے وصول ضرور کریں

ورنہ آپ "ماہنامہ عبقری" کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔

کیا لوگوں نے سمجھ رکھا ہے کہ زبان سے اتنا کہنے پر چھوٹ جائیں گے کہ ہم ایمان لے آئے اور ان کو آزمایا نہ جائے گا؟



فیصل آباد  
کی۔ لاہور

## مارچ کا مہینہ، آپ کی تندرستی میں معاون

حسب طاقت ایک شخص ایک میل سے پانچ میل تک روزانہ پیدل ہوا خوری کر سکتا ہے۔ کہ پیدل ہوا خوری سے آپ کی قوت برداشت بڑھ جائے گی اور پورے جسمانی نظام کو یکساں طور پر فائدہ پہنچے گا

مست بھولیں کہ ماہ مارچ موسم بہار کے آغاز و استقبال کا مہینہ ہے اس مہینے میں اپنے گلستان جسم کے پھولوں یعنی دل، دماغ، جگر اور معدہ کی، جن کو طبی اصطلاح میں اعضائے رئیسہ کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے، پورے غور و التفات سے نگہداشت کریں۔ یا درکھیں آپ کی اس بروقت اور ہوش مندانہ توجہ سے صرف اعضائے رئیسہ کو ہی فائدہ نہیں پہنچے گا بلکہ اس کے ساتھ ساتھ دوسرے اعضاء کو بھی خاطر خواہ فوائد حاصل ہوں گے۔

غور طلب امور:

مارچ بہ نظر طہرہ نہیں، معنوی لحاظ سے بھی صحت انسانی کے لیے ایک دلکش و راحت افروز مہینہ ہے۔ لیکن یاد رکھیے کہ ماہ سرما کے آخر یعنی جنوری اور فروری کے ظہور پذیر ہونے کے باعث اس ماہ کی خصوصیات اپنے دامن میں بعض ایسے مضمرات بھی رکھتی ہیں کہ اگر ان کی طرف مناسب اور بروقت توجہ نہ کی جائے تو پھر اس مہینے کی دل آویزیوں اور کیفیٹوں میں تکلیفیں اور پریشانیاں بھی شامل ہو سکتی ہیں۔ کیونکہ سرد موسم میں استعمال کردہ گرم تاثیر رکھنے والی غذاؤں کا رد عمل بہر حال جسم کے ایک ایک رگ وریشے میں موجود ہوتا ہے اور اسے مناسب و متوازن تدابیر کے ساتھ ہی حد اعتدال پر لا کر اپنے جسم کی قوت برداشت اور اعصاب و جلد نیز قوائے ہاضمہ کو موسم بہار کے تقاضوں سے ہم آہنگ کیا جاتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں یوں سمجھیں کہ یہ مہینہ اپنے دامن میں عجیب و غریب اور خاموش آتش فشانی مادے رکھتا ہے۔ اس لیے اس مہینے کی سب سے بڑی ضرورت یہ ہے کہ ان مادوں کی سخت نگرانی کی جائے تاکہ آنے والے مہینے یعنی اپریل میں آپ کے جسم کو ناگوار اور پریشان کن نتائج کا سامنا نہ کرنا پڑے۔

ان احتیاطوں اور حفاظتی تدابیر کے اغماض کا نتیجہ ہی ہے کہ اپریل سے بہت سے لوگ خرابی خون اور متعدد جلدی عوارض (بالخصوص بچے) مثلاً خسرہ، موتی جھرہ، لاکڑا کا کڑا، کالی

وقت اس کا خیال رکھیں کہ آپ کے پاؤں کے پچھلے باہر کی طرف نہ نکلے ہوئے ہوں۔ بلکہ سیدھے سامنے کی طرف ہوں۔ اس سے پاؤں کی طاقت میں اضافہ ہوتا ہے۔

پیدل ہوا خوری کے دوران میں یہ بھی سمجھیں کہ ہر پانچ دس منٹ کے بعد ایک مرتبہ کافی گہرا سانس لیجئے اور اس سانس کو جتنے قدم تک آسانی کے ساتھ پیچھروں میں روک سکتے ہیں، روک رکھیں اور پھر خارج کیجئے۔ یہ خیال رہے کہ اس دوران میں آپ کی رفتار میں کوئی فرق نہ آئے اور آپ برابر چلتے رہیں۔ اس سے یہ فائدہ ہوگا کہ پیچھروں میں جتنا خون اپنے ساتھ کاربن لائے گا وہ سب اچھی طرح خارج ہو جایا کرے گا۔ اور پیچھروں کی ہوائی نالیوں میں اتنی طاقت پیدا ہو جائے گی کہ انہیں بیرونی چھوت کا کوئی اثر نہ ہوگا اور نزلہ، زکام، دق اور دم کی بیماریاں ان میں اپنے اثرات قائم نہ رکھ سکیں گے۔

پیدل ہوا خوری کے ان فوائد کو جان لینے کے بعد اس بات کو سمجھنا مشکل نہ رہے گا کہ محض پیدل ہوا خوری ہی کے ذریعہ آپ نہ صرف اپنی بہت سی پرانی بیماریوں سے چھٹکارا حاصل کر سکتے ہیں اور آئندہ کے لیے بیماریوں سے محفوظ و مامون ہو سکتے ہیں بلکہ بہت جلد آپ کا شمار ورزشی قسم کے لوگوں میں ہونے لگے گا۔ یقین جانئے کہ وہ لوگ بھی جو اپنی بیمار حالت کی وجہ سے خود کو زندہ درگور سمجھتے ہیں، پیدل ہوا خوری سے اتنے تندرست ہو جائیں گے کہ ان کے متعلق کسی کو یہ خیال بھی نہیں ہوگا کہ وہ کبھی ایسے بیمار تھے کہ خود کو لب گور سمجھتے تھے۔

### عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، خلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ و ظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہذا جو فرد دیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی معروف ہے اس لیے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود دہلی چغتائی

کھانسی، چھک، قلو، وغیرہ کے عوارض سے دو چار ہوتے ہیں۔ اس قسم کے موسمی عوارض سے محفوظ رہنے کے لیے مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر کرنا بہ حد سودمند ثابت ہوگا۔

- 1- زیادہ گرم تاثیر والے میوہ جات سے اجتناب کریں۔
- 2- رات کو جلد سوئیں اور علی الصبح بیدار ہونے کی عادت ڈالیں۔
- 3- ہر قسم کی شیریں غذائیں مثلاً مٹھائی، بالخصوص چینی بہت کم استعمال کریں۔ کیونکہ یہ خون میں فساد و خرابی پیدا کر کے شوگر جیسے موذی مرض کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔

پیدل ہوا خوری کا سیدھا طریقہ یہ ہے کہ علی الصبح سورج نکلنے سے ایک ڈیڑھ گھنٹہ پہلے نکل جایا کریں اور اس وقت لوٹا جائے جبکہ دھوپ زیادہ تیز نہیں ہوتی۔ ہو حسب طاقت ایک شخص ایک میل سے پانچ میل تک روزانہ پیدل ہوا خوری کر سکتا ہے۔ آپ دیکھیں گے کہ پیدل ہوا خوری سے آپ کی قوت برداشت بڑھ جائے گی اور پورے جسمانی نظام کو یکساں طور پر فائدہ پہنچے گا کہ اگر کسی مرض کے جراثیم آپ کے جسم کے اندر پہنچ چکے ہوں گے یا جو موسمی رطوبات نظام جسمانی میں بیماریوں کو پالنے والی موجود ہوں گی ان کا اخراج حتیٰ طور پر عمل آجائے گا۔ اگر زمین پتھریلی اور کنکریلی نہ ہو تو ننگے پاؤں پیدل ہوا خوری کرنے سے مطلوبہ نتائج برآمد ہوں گے۔ لیکن مشکل یہ ہے کہ شہروں میں اس طرح پیدل ہوا خوری ممکن نہیں ہے۔ اگر قصبات و دیہات کی کچی اور گھاس والی پک ڈنڈیوں اور راستوں پر چلنے کا موقع میسر آجائے تو یہ سب سے زیادہ مناسب صورت ہے۔

پیدل ہوا خوری کرتے وقت اس کا خیال رکھیے کہ آپ سیدھے ہوں آپ کی کر جھکی ہوئی نہ رہے۔ سر بھی اٹھا رہے اوزید نہ بھی ابھرا ہوا ہو۔ پیٹ جیسا رہتا ہے رہنے دیجیے۔ اس میں کسی قسم کا تناؤ نہ پیدا کیجئے۔ جیسا کہ بعض حضرات پیدل ہوا خوری کرتے وقت اسے اندر کی طرف پچکا لیتے ہیں۔ چلتے

# دنیا میں کوئی چیز بے فائدہ نہیں

آنکھ کے مقام کا پتہ لگاتا ہے  
(تحریر: مولانا وحید الدین خاں)

آنکھ کو عام طور پر خوش قسمت اور بیوقوفی کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ بہت سے لوگ اس کو بیکار سمجھ کر مار ڈالتے ہیں۔ مگر حقیقت یہ ہے کہ خدا کی دنیا میں کوئی چیز بے فائدہ نہیں۔ الہامی زراعت اور فصلوں کے لیے بے حد مفید ہے۔ کیوں کہ وہ فصل کو نقصان پہنچانے والے کیڑوں کو شکار کر کے انہیں کھا جاتا ہے۔ الہی غذا نقصان رساں کیڑے اور موزی جانور ہیں۔ اس اعتبار سے تو وہ بہت سے انسانوں سے اچھا ہے جو محض اپنی حرص اور اپنے اقتدار کے لیے لوگوں کو ہلاک کرتے ہیں۔ جو کارآمد چیزوں کو برباد کر کے فحش حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

آنکھ کی 130 قسمیں معلوم کی گئی ہیں۔ وہ چار اونٹوں سے لے کر چھ پاؤں تک کے ہوتے ہیں۔ اسی اعتبار سے ان کی غذا کی مقدار بھی مختلف ہے۔ چھوٹے الو تقریباً سات اونٹوں خوراک کھاتے ہیں اور بڑے الو دو پونڈ سے زیادہ تک کھا جاتے ہیں۔ الو عام طور پر رات کے وقت شکار کرتے ہیں۔ وہ بڑے کیڑے، چوہے، چھپکلیاں، سانپ، چھوٹے خرگوش وغیرہ کو پکڑتے ہیں۔ یہ تمام چیزیں وہ ہیں جو زراعت کو یا انسان کو نقصان پہنچانے والی ہیں۔

آنکھ کے جسم کی بناوٹ شکار کے کام کے لیے نہایت موزوں ہے۔ مثلاً ایک ماہر طیور کے لفظوں میں، وہ رات کے وقت انتہائی خاموش پرواز (Silent Flight) کی صلاحیت رکھتا ہے۔ وہ رات کی تاریکی میں کیڑوں یا جانوروں کی صرف آواز سے انکے مقام کا پتہ لگاتا ہے اور تیزی اور خاموشی سے وہاں پہنچ کر اچانک ان کو پکڑ کر نگل جاتا ہے۔ خدا کی دنیا میں کوئی چیز بے فائدہ نہیں۔ یہاں کوئی چیز حکمت سے خالی نہیں۔ خدا کی دنیا میں الو جیسی چیز بھی اس کا ایک مفید جز ہے۔ ایسی حالت میں جو انسان دنیا میں اس طرح رہیں کہ انہوں نے دوسروں کے لیے اپنی افادیت کھودی ہو یا جو دنیا کے مجموعی نظام میں ایک فائدہ بخش عنصر کی حیثیت نہ رکھتے ہوں۔ جو انسانی سماج میں مفید حصہ بننے کے بجائے مضر حصہ بن گئے ہیں۔ وہ بلاشبہ خدا کی نظر میں الو سے بھی زیادہ بے قیمت ہیں۔ ایسے لوگوں کی ضرورت نہ خدا کو ہے اور نہ عام انسانیت کو۔

# مردانہ بے اولادی کا ایک سبب

پاکستان میں بے اولادی کا تمام تر ذمہ دار خواتین کو سمجھا جاتا ہے جب کہ خود مرد کی یہ کمی اس کا ایک سبب ہوتی ہے۔ کیا مرد کی اس خامی کا بے آسانی کھوج لگایا جاسکتا ہے؟  
(انتخاب: احمد علی..... لاہور)

میں اسپرمرز کی کمی یا کثرت کا کھوج لگانا تھا۔ اس تحقیق میں مادہ حیات کی مقدار، اس میں اسپرمرز کی نقل و حرکت کی صلاحیت اور تعداد کا تعین عالمی ادارہ صحت کے مقررہ معیار کے مطابق کیا گیا۔

نتیجہ: شامل تحقیق ۱۲۰۱ مریضوں کے ان نمونوں کے تجزیے سے انکشاف ہوا کہ صرف تین مریضوں میں کثرت کرم (۰.۲۵) فی صد کی کیفیت موجود تھی۔ اس کے برخلاف کثرت کرم کی شرح دیگر ملکوں میں یہ تھی۔ میکسیکو ۱۳ فیصد، جرمنی ۷.۵ فی صد، جنوبی افریقہ ۵ فی صد، امریکا ۲.۴ فی صد پائی گئی۔

ان مریضوں میں سے صرف دو میں ۲ ملی لیٹر سے کم منی پائی گئی، لیکن ان خصوصیات جیسے اسپرمرز کی نقل و حرکت وغیرہ معمول کے مطابق تھے۔ ۲ ملی لیٹر منی والے مرد کے مادہ حیات میں سرگرم نقل و حرکت ۳۵ فی صد پائی گئی۔ مادہ حیات میں اسپرمرز کی سب سے زیادہ تعداد ۶۶۰ ملین ملی لیٹر پائی گئی جب کہ اس سے پہلے امریکا کے ایک مطالعے میں انتہائی تعداد ۷.۵ ملین درج ہو چکی ہے۔ اس سے قبل پاکستان میں بھی اسپرمرز کی انتہائی تعداد ۶۰۰ ملین درج ہوئی تھی۔

کثرت اسپرمرز کی صورت میں کرم منی کی نقل و حرکت کی صلاحیت یا گنجائش کم ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت میں اسپرمرز کے اگلے سرے جو برجمی جیسے ہوتے ہیں، زنا نہ اٹھانے میں داخل ہونے کی صلاحیت نہیں رکھتے جس کی وجہ سے استقرار حاصل کا عمل نہیں ہوتا۔ بے اولادی کے سلسلے میں اس کیفیت کا جائزہ لینا بھی ضروری ہے۔ اسپرمرز کی کمی نہیں، ان کی کثرت بھی اس کا ایک اہم سبب ہو سکتی ہے۔ پاکستان میں اس سلسلے میں مزید تحقیق کی بڑی ضرورت ہے۔

مردانہ بے اولادی کا ایک اہم سبب مادہ حیات میں کرم منی (اسپرمرز) کی کمی اور ان کی کمزوری ہوتا ہے۔ لیکن ان کی کثرت بھی بے اولادی کا سبب ہوتی ہے۔ ایسی صورت میں فی ملی لیٹر مردانہ جوہر میں ان اسپرمرز کی تعداد ۲۵۰ ملین یعنی ۲۵ کروڑ سے زیادہ ہوتی ہے۔

دنیا کے دیگر معاشروں کی طرح پاکستان میں بھی اولاد کا ہونا مردانہ برتری کی اہم علامت سمجھا جاتا ہے اور جیسا کہ ہم جانتے ہیں، جن مردوں کے مادہ حیات میں اسپرمرز کم ہوتے ہیں ان کے صاحب اولاد ہونے کے امکانات بھی کم ہوتے ہیں۔ پاکستان میں بے اولادی کا تمام تر ذمہ دار خواتین کو سمجھا جاتا ہے جب کہ خود مرد کی یہ کمی اس کا ایک سبب ہوتی ہے۔ آج جب کہ اس کا کھوج لگانے کے وسائل حاصل ہیں، مرد کی اس خامی کا بے آسانی کھوج لگایا جاسکتا ہے۔

## نارمل تعداد کیا ہے؟

مادہ حیات میں کرم منی کی کم از کم تعداد 250 ملین فی ملی لیٹر ہے۔ اس سے کم تعداد کو طبی اصطلاح میں کمی یافتہ ان منی (Azoospermia) کہتے ہیں۔

اس طرح منی میں ملی لیٹر ۲۵۰ ملین سے زیادہ اسپرمرز کی موجودگی حویں، مجسمہ (Polyzoospermia) کہلاتی ہے۔ یہ کیفیت معمول کے مطابق نہیں سمجھی جاتی اور یہ شاید صورت قرار دی جاتی ہے۔ اس سلسلے میں ماضی میں بھی پاکستانی مردوں میں ان دونوں کیفیات پر تحقیق ہو چکی ہے، لیکن پچھلے پانچ سال میں اندرون و بیرون ملک ۱۲۰۱ پاکستانی مردوں میں ان دونوں کیفیات کا مزید کھوج لگایا گیا ہے

## تحقیق کا طریقہ:

نیشنل ریسرچ انسٹی ٹیوٹ آف پروڈیکٹو فیلوجی، نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیلتھ اسلام آباد، ڈیپارٹمنٹ آف بائیولوجیکل سائنسز، قائد اعظم یونیورسٹی اسلام آباد، وزارت صحت مسقط عمان میں ہونے والی اس مشترکہ تحقیق میں مختلف ہسپتالوں سے مریضوں کے مادہ حیات کے نمونے حاصل کر کے تحقیق کے لیے بھیجے گئے تھے۔ اس کا مقصد ان

## درس کی سی ڈیز اور کیسٹ

قارئین کے مسلسل اصرار کے بعد الحمد للہ ہر مشکل حکیم صاحب کے درس کی سی ڈیز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔ قیمت سی ڈی 40 روپے کیسٹ 35 روپے ڈیمانڈ کے مطابق V.P. کی بھولت بھی موجود ہے۔

# امام ابو حنیفہؒ کا احتیاط و تقویٰ

جس کے مکان کا سایہ ہے، وہ میرا مقروض ہے۔ مقروض سے فائدہ اٹھانے میں، اس سے سود کا امکان ہو سکتا ہے۔ اس لیے میں اس مکان کے سایہ میں کھڑا نہیں ہوتا۔ (تحریر: حافظہ خالد محمود۔ قریب مسجد لاہور)

## گناہ آپ کی صحت کا ضامن

ضعف جگر کے مریضوں کو روزانہ گنے کا رس پینا انتہائی مفید ہے۔ (انتخاب: ناجد صدیق۔ فیصل آباد)

عربی قصب فارسی نیلگر

سندھی کند انگریزی Sugarcane

اس کا رنگ سرخ و سفید سبزی مائل ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک بقدر ہضم ہے۔ اس کا ذائقہ شیریں اور مزاج گرم تر ہوتا ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

### گنے کے فوائد :

- (1) کٹا مفرح قلب ہوتا ہے (2) یہ ملین طبع اور پیشاب آور ہے (3) گنے کی گندریاں چوسنے سے دانت مضبوط ہوتے ہیں (4) منہ سے بدبو آنے کو روکتا ہے (5) اس کا متوازن استعمال جسم کو فروغ دیتا ہے (6) اس میں کیلشیم، فولاد، میگنیز کے علاوہ وٹامنز اور سی پائے جاتے ہیں (7) گنے کے رس کی کھیر بہت لذیذ ہوتی ہے اور یہ کھیر زود ہضم ہوتی ہے (8) خون کو صاف کرتا ہے اور حرارت کو دور کرتا ہے۔
- (9) پیچہ پھڑے اور سینے کی جلن کو دور کرتا ہے (10) اس کا زیادہ استعمال معدہ، نفاخ اور پیچہ درد کو نقصان دیتا ہے۔
- (11) بلغم نکالتا ہے بشرطیکہ معمولی حد تک ہو (12) بادی اور بلغم کی زیادتی والے مریض اس کو استعمال نہ کریں، کیونکہ یہ اس مرض کے لیے نقصان دہ ہوتا ہے (13) آدھ سیر گنے کے رس میں دو ہلکی چپاتیوں کے برابر غذائیت ہوتی ہے اور معدہ اسے دو گھنٹے میں ہضم کر لیتا ہے (14) اس کا رس پینے سے تازہ اور قدرتی گلوکوز حاصل ہوتی ہے جو ہڈیوں کو مضبوط بنانے کے لیے مفید ہے۔ مگر ذیابیطس کے مریض گنے کے رس کا استعمال نہ کریں (15) اگر ایک سیر گندریاں رات کو اوس میں رکھ کر صبح نہار منہ چوس لی جائیں تو دل کی گرمی اور دھڑکن میں بے اعتدالی دور ہو جاتی ہے اور صفا کا غلبہ کم ہو کر چنچہ اپن بھی دور ہو جاتا ہے (16) گنے کو بھول میں دبا کر چوسنے سے بلغم گلے سے نکلتی ہے اور صاف ہو جاتی ہے (17) ضعف جگر کے مریضوں کو روزانہ ایک پاؤ گنے کا رس پینا انتہائی مفید ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

آپ سے دس ہزار درہم قرض لیا تھا اور اس کی ادائیگی کا وعدہ بھی کیا تھا۔ وعدے کا وقت گزر چکا ہے اور میری حالت یہ ہے کہ میں قرض واپس کرنے کے قابل نہیں ہوں۔ اس شرمندگی کی وجہ سے میں نے یہ راستہ بدلا ہے کہ کہیں سامنے آنے سے آپ مجھ سے مطالبہ نہ کر لیں۔ حضرت نے فرمایا کہ ہمارا مال ایسا مال ہو گیا کہ جس نے لوگوں سے چلنے پھرنے کی آزادی چھین لی۔ حضرت نے فرمایا کہ میں نے تجھے اللہ کی رضا کے لیے دس ہزار درہم معاف کیے۔ اتنی بڑی رقم معاف کر دینا کوئی معمولی بات نہیں تھی۔ معاف کرنے کے بعد اس کے سامنے ہاتھ جوڑ کر کھڑے ہو گئے اور فرمایا کہ میری وجہ سے جو تجھے راستہ بدلنے کی تکلیف ہوئی، خدا کے لیے قیامت میں مجھ سے اس بات کا سوال نہ کیجئے گا۔

(بقیہ: پیغمبر ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک)

معاہدہ صلح ترتیب دیا۔ اس میں عیسائیوں کو مراعات عطا فرمائیں اس معاہدے کو خود آپ نے لکھا، چنانچہ تحریر کیا گیا: ”یہ وہ امان ہے جو اللہ کے غلام امیر المومنین عمرؓ نے لوگوں کو دی، یہ امان ان کی جان، مال، گرجا، صلیب، مندرست، بیمار اور ان کے تمام مذاہب والوں کے لیے ہے۔ وعدہ کیا جاتا ہے کہ نہ ان کے عبادت خانوں پر قبضہ کیا جائے گا، نہ انہیں گرایا جائے گا، نہ ان کو اور نہ ان کے احاطے کو کچھ نقصان پہنچایا جائے گا۔ ان کے دینی معاملات میں کوئی مداخلت نہ کی جائے گی۔ مذہب کے بارے میں ان پر جبر نہ کیا جائے گا، نہ ان میں سے کسی کو نقصان پہنچایا جائے گا۔“ اس فیاض سلوک کا یہ نتیجہ ہوا کہ عیسائی بطریق نے حضرت عمرؓ کو اپنے مقدس گرجے میں نماز پڑھنے کی اجازت دی۔ اس کے متعلق ایک عیسائی مصنف کا بیان ملاحظہ ہو: ”یہ بھی بیان کیا جاتا ہے کہ جب بطریق نے حضرت عمرؓ کو مقدس عیسائی گرجا میں نماز پڑھنے کی دعوت دی تو حضرت عمرؓ نے اس بنیاد پر انکار کیا کہ اگر وہ ایسا کریں گے، تو پھر مسلمان آئندہ اس واقعے کو اس امر کی نظر بنالیں گے اور عیسائیوں کو کلیسا سے بے دخل کر دیں گے اور کلیسا کو مسجد بنالیں گے۔“ آپ نے باہر نکل کر بیڑیوں پر تنہا نماز ادا کی، پھر بطریق کو اس مضمون کی ایک تحریر بھی لکھ کر دے دی کہ اگر جا کی بیڑیوں پر بھی جماعت کے ساتھ نماز ادا نہ کی جائے اور نہ اذان دی جائے۔

حضرت یزید بن ہارون حضرت امام بخاریؒ کے دادا استاد تھے اور امام ابو حنیفہؒ کے شاگرد تھے۔ فرماتے ہیں کہ ایک جنازہ تھا، دو پہر کا وقت تھا۔ جنازے کے انتظار میں لوگ گھر سے باہر کھڑے تھے۔ دھوپ تیز تھی، گرمی کی شدت تھی۔ کوئی سایہ نہیں تھا سوائے ایک مکان کے۔ ہم اس مکان کے سائے میں کھڑے تھے۔ اتنے میں امام صاحب تشریف لائے اور جب تشریف لائے تو وہ سائے میں کھڑے ہونے کی بجائے دھوپ میں کھڑے ہو گئے۔ ہم نے گزارش کی کہ حضرت سائے میں تشریف لائیں تو حضرت نے فرمایا کہ میں جہاں کھڑا ہوں ٹھیک کھڑا ہوں۔

یزید بن ہارون فرماتے ہیں کہ میں حضرت کے قریب گیا اور حضرت سے گزارش کی کہ حضرت میں آپ کو قسم دے کر کہتا ہوں کہ آپ مجھے وجہ بتائیں کہ آپ سائے میں کیوں تشریف نہیں لانا چاہتے؟ حضرت نے فرمایا کہ آپ نے قسم دے کر پوچھا ہے اس لیے غلط بیانی تو نہیں کر سکتا۔ بات یہ ہے کہ یہ مکان والا کہ جس کے مکان کا سایہ ہے، وہ میرا مقروض ہے۔ مقروض سے فائدہ اٹھانے میں، اس سے سود کا امکان ہو سکتا ہے۔ اس لیے میں اس مکان کے سایہ میں کھڑا نہیں ہوتا۔

حضرت شفیق بلخیؒ بہت بڑے بزرگ اور بہت بڑے محدث بھی ہیں۔ یہ بھی حضرت امام ابو حنیفہؒ کے شاگرد ہیں۔ حضرت شفیق بلخیؒ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ میں حضرت کے ساتھ جا رہا تھا دیکھا کہ سامنے سے ایک آدمی آرہا ہے اور وہ ایک دم گلی مڑ گیا۔ محسوس ہوا کہ ہمیں دیکھ کر مڑا ہے تو حضرت نے یہ بات فرمائی ہے کہ یہ شخص ہمیں دیکھ کر گلی مڑا ہے معلوم نہیں اسے ہم سے کیا خوف تھا؟ آؤ چلیں اس کا خوف دور کریں۔ ہم تیزی سے چلتے ہوئے اس کے قریب پہنچے اور اس کو جالیا۔ سلام کیا اور پھر حضرت نے سوال کیا کہ یوں معلوم ہوتا ہے کہ آپ ہمیں دیکھ کر گلی مڑے ہیں۔ کیا وجہ آپ کو ہم سے کیا خوف تھا یا کس نقصان کا اندیشہ تھا؟ اس نے جواب دیا کہ حضرت شاید آپ کو یاد نہیں رہا کہ میں نے

## اعصاب اور ذہن پر کنٹرول ✨ ڈراؤنے خوابوں سے نجات ✨ خودکشی حرام ہے ✨ جنات ڈراتے ہیں

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت چھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

### خوف اور احساس محرومی

(عرفان۔۔ آزاد کشمیر)

نویں جماعت میں تھا تو برے لڑکوں کی محبت میں پڑ گیا اور تین سالوں میں خود کو تباہ کر لیا۔ تعلیم کے میدان میں بھی بہت پیچھے رہ گیا ہوں۔ رات، ناپسندیدہ خوابوں میں گزار دیتا ہوں۔ حال یہ ہے کہ ذرا سا وزن اٹھانا میرے لیے ممکن نہیں رہا۔ اپنے مستقبل سے سخت خوفزدہ ہوں۔ غربت کی وجہ سے دوامی نہیں خرید سکتا۔

جواب: آپ کو دوا کی ضرورت نہیں ہے۔ اپنے خیالات میں تبدیلی پیدا کریں۔ خوف اور احساس محرومی کے خیالات کو دور کریں۔ اس کے لیے رات کو سونے سے پہلے آرام دہ حالت میں لیٹ کر آنکھیں بند کر لیں اور اندازاً نصف گھنٹے تک باحفاظت پڑھنے کے بعد سو جائیں یہ عمل کم از کم تین ماہ کیا جائے۔

### رشتے نہیں آتے

(عشرت۔۔ جہنگ)

میری عمر بیس سال کے قریب ہے۔ میں بہت پریشان ہوں کیوں کہ میرے لیے رشتے نہیں آتے۔ میری والدہ کا انتقال ہو چکا ہے اور ہمارا گھر انہ غریب ہے۔ اس لیے بھی لوگ توجہ نہیں دیتے۔ کسی کا کہنا ہے کہ رکاوٹیں پیدا کرنے کے لیے کسی حاسد نے عمل وغیرہ کرایا ہے۔

جواب: اللہ تعالیٰ پر بھروسہ و یقین رکھیں کہ وقت آنے پر آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ روزانہ رات کو اول آخر گیارہ گیارہ درود شریف کے ساتھ ساتھ گیارہ بار سورہ اخلاص اور سورتہ ”یا قاضی الحاجات“ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں دعا کیا کریں۔ نوے دنوں تک۔

### کاروبار نہ ہونے کے برابر

(رشید احمد۔۔ ڈیرہ نواب صاحب)

میرا جنرل اسٹور ہے، عرصہ تین سال سے کاروبار نہ ہونے کے برابر رہ گیا ہے، گھر کا خرچ چلانا بھی دشوار ہو گیا

روحانی عمل بتائیں۔

جواب: رات کو سونے سے پہلے آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آنکھیں بند کر لیں۔ تصور کریں کہ پانی کا ایک حوض یا تالاب ہے۔ جس کے پانی کا رنگ نیلا ہے۔ اور آپ اس میں ڈوبی ہیں۔ کم از کم دس پندرہ منٹ یہ تصور کرنے کے بعد سو جائیں۔ انشاء اللہ بہت جلد ذہن اور اعصاب پر کنٹرول حاصل ہو جائے گا۔

### ڈراؤنے خوابوں سے نجات

(عظمتی بخاری۔۔ کورنگی)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے رات روزانہ ڈراؤنے خواب آتے ہیں اور یہ خوابوں کا سلسلہ سالوں سے جاری ہے۔ ہر وقت دل میں کھٹکا رہتا ہے کہ شاید میرے اوپر جنات کا اثر ہے اور اس اثر کی وجہ سے میرا دل پھٹ جائے گا اور مر جاؤنگی۔ میرے پیچھے اکثر بلائیں دوڑتی رہتی ہیں۔ میں باوجود کوشش کے ان بلاؤں سے نہیں بچ سکتی اور خواب میں وہ آفات مجھے زخمی کرتی رہتی ہیں۔ بعض اوقات تو بہت کچھ پڑھ کر سوتی ہوں لیکن پھر بھی خواب آنا نہیں چھوڑتے۔ اس کا کیا حل کروں؟ مجھے آپ کا دراصل میری ایک نلے والی لچر خاتون نے بتایا۔ اس کا بھی کوئی مسئلہ تھا اس نے آپ سے رابطہ کیا اور آپ کے مشورے پر عمل کیا۔ اسے بہت فائدہ ہوا۔ میں آپ کے جواب کا شدت سے انتظار کر رہی ہوں۔

جواب: بہن دراصل بات یہ ہے کہ آپ کے گھر میں آسیب کا ڈیرہ ہے جس کی وجہ سے وہ مخلوق آپ کو تنگ کرتی ہے آپ اس کا علاج یوں کریں رات کو سوتے وقت با وضو سوئیں اور آخری قل سات سات دفعہ اول و آخر سات مرتبہ درود شریف پڑھ کر ہاتھوں پر پھونک کر پورے بدن پر مل لیں اور جب تک نیند نہ آئے اس وقت تک آیت الکرسی پڑھتی رہیں۔ اس کے علاوہ اپنے گھر میں سورہ بقرہ کا آخری رکوع سورہ حشر کا آخری رکوع اور دو اہمول خزائے ٹیپ ریکارڈ میں بھر کر

ہے۔ کاروبار میں لوگوں کا مقروض ہو گیا ہوں اور قرض خواہ پریشان اور بے عزت کر رہے ہیں۔ کوئی تدبیر کارگر نہیں ہو رہی۔ حالات کے بھنور میں پھنس کر رہ گیا ہوں۔

جواب: ”اَللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا ہُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ“ (سورہ آل عمران آیت نمبر ۱) روزانہ رات کو سو بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں حالات کی مناسبت سے دعا کریں۔ اس وظیفے کو کم از کم نوے دنوں تک پڑھا جائے۔ انشاء اللہ ایسے حالات جلد سامنے آئیں گے کہ ان کے ذریعے آپ اس مشکل صورتحال سے نکل سکیں۔ اپنی استطاعت کے مطابق پابندی سے مستحق و ضرورت مند افراد کی مالی مدد کیا کریں۔

### ذہنی دباؤ

(فیصل۔۔ مظفر گڑھ)

میں عرصے سے ذہنی دباؤ میں گرفتار ہوں، ہر وقت دماغ پر ایک بوجھ سا محسوس کرتا رہتا ہوں، نماز بھی یکسوئی اور درست طریقے سے ادا کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ والد بھی پریشانیوں میں مبتلا ہیں۔ ان کا تبادلہ دوسرے شہر میں ہو گیا ہے۔ والدہ بیمار رہتی ہیں۔ ان تمام الجھنوں کے بارے میں جب سوچتا ہوں تو اور زیادہ پریشان ہو جاتا ہوں۔

جواب: نماز فجر اور عشاء کے بعد سو سو بار ”یا حسی یا قیوم“ کا ورد کیا کریں، مگر یہ حالات کے لیے کوئی فرد روزانہ رات کو تین سو بار ”یا اللہ یا رحمن یا رحیم“ پڑھ کر بارگاہ الہی میں دعا کیا کرے، نوے دنوں تک۔

### اعصاب اور ذہن پر کنٹرول

(شاہد کوثر۔۔ کوٹ اود)

کسی سے بات کرتی ہوں تو بے حال ہو جاتی ہوں، آواز اور اندازہ دونوں بدل جاتے ہیں۔ کبھی غصہ آ جاتا ہے تو خود پر قابو ختم ہو جاتا ہے اور بولتے وقت آواز نہایت بھدی اور بے ہنگم ہو جاتی ہے۔ الفاظ بھی بے ربط ہونے لگتے ہیں۔ آپ مجھے ذہنی و اعصابی کنٹرول اور یکسوئی کے لیے کوئی



گھر میں ہر وقت چلاتے رہیں۔ بلکی آواز سے یہ گھر میں ہر وقت چلتے رہیں۔ اگر آپ کے پاس دو انمول خزانہ والی کتاب نہ ہوں تو جوابی لفافے پر دس روپے کا ٹکٹ لگا کر بھیج دیں۔ آپ کو مفت دو انمول خزانے کا کتابچہ ارسال کر دیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام قارئین بھی دو انمول خزانے (ایک کاپی) منگوا سکتے ہیں لیکن شرط یہ ہے کہ پتہ لکھا ہوا ہو اور دس روپے کے ٹکٹ لگے ہوئے ہوں۔ جوابی لفافے کا آنا ضروری ہے۔

### خودکشی حرام ہے

(رفتہ بھیرہ۔۔۔ سرگودھا۔)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری شادی کو سترہ سال ہو گئے ہیں۔ جب سے میں اس گھر میں آئی ہوں ناچاکی، گھریلو پریشانیوں ہر وقت رہتی ہیں۔ میری نندیں اور ساس ہر وقت جھیز کم لانے کا شکوہ کرتیں ہیں بلکہ ایک دو دفعہ انہوں نے مجھے زہر دے کر اور آگ لگا کر قتل کرنے کی کوشش بھی کی۔ لیکن کیا کروں چھوٹے چھوٹے بچے اور بوڑھی ماں کے وہ الفاظ سامنے آتے ہیں کہ بیٹی اب تیرا جنازہ خاندان کے گھر سے ہی نکلتا ہے۔ بس اس قول کی لاج رکھ رہی ہوں ورنہ تو زندگی پریشان اور اجیرن ہے۔ کئی دفعہ سوچا کہ خودکشی کر لوں لیکن اسلامی زندگی کے پیش نظر خودکشی حرام ہے ورنہ اپنے آپ کو میں پہلے ہی ہلاک کر چکی ہوتی، لہذا مہربانی کر کے مجھے میرے مسئلے کا روحانی شافی حل بتائیں۔

جواب: محترمہ آپ میری تین باتوں پر عمل کریں۔ گھر جنت کا نمونہ بن جائیگا انشاء اللہ تعالیٰ۔ سب سے پہلے جس طرح آپ نے صبر اور استقامت سے سابقہ وقت گزارا ہے اس پر مزید صبر کریں۔ بہن ہمیشہ حالات یکساں نہیں رہتے۔ سورج آخراً غروب ہوگا اور خزاں آخراً بہار میں بدلے گی۔ ضرور اس بہار کے انتظار میں زندگی کے شب و روز گزریں گے یعنی صبر و استقامت میں اور زیادہ کوشش کریں۔ دوسرا سورۃ مریم ایک بار اول آخراً پڑھ کر دفعہ در دفعہ پڑھیں اور اپنے مسئلے کے لیے دعا کریں بے شمار لوگوں نے آزمایا اور نہایت مفید پایا تیسرا اٹھنے بیٹھنے ”یا مستار“ یا غفار“ بکثرت پڑھیں کم از کم پانچ سو مرتبہ تو پڑھ ہی لیں ایک اور عمل بھی اس کے ساتھ کر لیں جب بھی گھر میں کوئی چیز پکائیں، پکڑا دھوئیں، صفائی کریں، یعنی گھر کا کوئی بھی کام کاج آپ کرنا چاہیں تو سات دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھ لیا کریں۔ اس سات دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم کا ایک وظیفہ عرض کرتا ہوں کہ مجھ سے کئی گھرانوں نے بے برکتی، معاشی

پریشانی، گھریلو تنگی اور کاروباری مسائل کا شکوہ کیا۔ میں نے انہیں جب بھی سات دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم کام کرنے سے پہلے پڑھنے کا مشورہ دیا اور انہوں نے باقاعدگی سے ایسا پڑھنا شروع کر دیا تو اللہ تعالیٰ نے نہایت کرم نوازی فرمائی اور ان کے مسائل مشکلات پریشانیوں جلد از جلد حل ہونے لگیں۔

### نظر بد کا اثر

(مبارک بی بی نواب شاہ)

آج سے تین ماہ قبل میں ایک میت پر گئی۔ قریبی عزیز تھے وہاں سارا دن رہی۔ تدفین کے بعد واپس گھر آئی تو جسم بھاری بھاری اور بوجھل بوجھل تھا۔ میں نے سمجھا کہ شاید موت کے غم کے اثرات ہیں لیکن وہ کیفیت بڑھتی گئی اور آج تک جوں کی توں ہے۔ اس سلسلے میں میں نے دل کے ڈاکٹروں کو دکھایا۔ ای سی جی، خون کے ٹیسٹ، ایکس رے اور پیشاب کی تمام رپورٹیں بالکل صحیح نکلیں۔ ہومیوپیتھک علاج بھی کیا۔ تھوڑا سا دیکسی علاج اور کمرے کا صاف بھی دیا۔ لیکن تھوڑے سے فوائد کے بعد مرض اپنی اصلی حالت میں آ جاتی ہے۔ ایک جبر صاحب کے پاس گئی انہوں نے حساب لگایا اور کہا کہ آپ پر کسی نے جادو کیا ہے۔ تین ہفتے انہوں نے علاج کیا اور ہزاروں روپے خرچ ہو گئے اس طرح ایک اور قاری صاحب نے قرآن مجید سے فال نکالی اور پھر کچھ ماش کے دانے پڑھ کر دیئے۔ ان ماش کے دانوں کو اپنے سر کی پچھلی طرف پھینکا ہوتا تھا۔ لیکن مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ فائدہ نہ ہوا آپ کا کالم ہر ماہ بہت زیادہ دلچسپی اور عقیدت سے پڑھتی ہوں۔ دل میں آیا کہ آپ سے مشورہ کر کے دیکھوں۔ مہربانی کر کے میرے مسئلہ کا حل بتائیں۔

جواب: بہن یہ مسئلہ آپ کا نہیں بلکہ تمام بہنوں کا ہے کہ جب وہ گھر سے باہر نکلتی ہیں تو بن سنور کر نکلتی ہیں اور کسی محفل میں اگر جانا ہوتا ہے تو چونکہ وہاں ہر قسم کا چہرہ ہوتا ہے اور بعض خواتین نہ چاہتے ہوئے بھی نظر بد لگا دیتی ہیں۔ یہ دراصل آپ کو نظر بد لگی ہوئی ہے بلکہ احادیث میں تو نظر بد جنات کے ذریعے بھی لگنا ثابت ہے اور انسانوں کی نظر کو حدیث میں حق کہا گیا کہ انسانوں کی نظر واقعی لگتی ہے۔ میرے پاس کئی لوگ ایسے آتے ہیں جو بظاہر بیمار، پریشان، کھانا ہضم نہیں ہوتا، بیماری روز بروز بڑھتی جا رہی ہے، جسم کمزور ہوتا جا رہا ہے۔ لیکن جب ان پر روحانی نظر ڈالی گئی تو محسوس ہوا کہ اس پر نظر بد کے اثرات ہیں۔ جب ان کا علاج کیا گیا تو

باقاعدہ فائدہ ہوا۔ اس لیے ایک تو تمام بہنوں سے درخواست کرو کہ وہ گھر میں بھی اور گھر سے باہر بھی اپنے اندر سادگی کی عادت ڈالیں اور مندرجہ ذیل عمل کریں۔ بسم اللہ الرحمن الرحیم کے بعد لا اسلام حق الکفر باطل اول آخراست دفعہ در دفعہ اکیس دفعہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کریں یا جس کسی کی نظر بد لگی ہو اس پر دم کریں اور اس کے علاوہ سورۃ القریش سات دفعہ روزانہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔

### جنات ڈرانے لگے

(محمد طفیل، فیصل آباد)

میں نے دو انمول خزانے، آپ کے مشورے سے پڑھنے شروع کئے۔ مجھ پر عرصہ دراز سے جنات کے اثرات تھے۔ میں نے کثرت سے دو انمول خزانے پڑھے۔ آپ کی بتائی ہوئی ترتیب کے مطابق اول آخراً گیارہ مرتبہ در دفعہ اکیس دفعہ اور اکیس مرتبہ دو انمول خزانے میں نے پڑھا۔ ایک رات میں یہ پڑھ رہا تھا اور پڑھتے ہوئے مختلف چھوٹے اور بڑے جنات، سائے کی طرح میرے سامنے آ گئے اور مجھے ڈرانے لگے۔ مختلف قسم کی خطرناک آوازیں نکالنے لگے، لیکن میں نے چونکہ آپ سے سن رکھا تھا اس لیے پڑھنا نہ چھوڑا اور مستقل مزاجی سے پڑھتا رہا۔ تھوڑی دیر بعد وہ چلے گئے۔ دوسری رات میں پڑھنے بیٹھا تو پھر ایسا ہی ہوا لیکن میں نے پڑھنا نہ چھوڑا۔ ستائیس راتیں ایسا مستقل ہوتا رہا۔ آخر کار جنات کا حاصر ہونا ختم ہو گیا۔ مزید مجھے یہ بتائیں کہ میں یہ عمل جاری رکھوں مجھے بہت فائدہ ہے کہ میری بلائیں گئی ہیں اور میں مطمئن ہوں۔

جواب: محترم آپ دو انمول خزانے توجہ سے پڑھ رہے ہیں اور اسکے ساتھ ”یا حافظ، یا حفیظ، یا سلام“ روزانہ اکتالیس مرتبہ صبح و شام پڑھیں۔

### فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ ہیں

اگر آپ کے پاس کتابیں ہیں یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسالے ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہیں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخوردگی ہو، مزید وہ رسالے و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسالے و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسالے و کتب مدبر ماہنامہ عبقری کو بدلے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور فائدہ عام کیلئے استعمال ہوگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

پریشان اور بد حال  
گھرانوں کے الجھے خطوط  
اور سلجھے جواب

پڑھائی کے ٹائم ٹیبل

## قارئین کی تحریروں کا انتظار

**ubgari@hotmail.com**

## صفائی کا فوہپا



اسلام اور رواداری



پیغمبر اسلام کے صحابہ اکرام کا

غیر مسلموں سے حسن سلوک

بجائے مسلمان ہم جس بااخلاق نبی کے درکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانگیں، ہمارا عمل سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

(تحریر: ابن زبیب بھکاری)

یہ ایک تاریخی حقیقت ہے کہ اسلام نے دیگر مذاہب کے حوالے سے رواداری اور ان کے حقوق کے تحفظ کا جو تصور عطا کیا، دنیا کے تمام مذاہب اس کی مثال پیش کرنے سے قاصر ہیں۔ اس حوالے سے عہد نبویؐ اور خلفائے راشدینؓ کے دور میں اس امر کا خصوصی اہتمام کیا گیا۔ امیر المومنین حضرت عمرؓ نے غیر مسلم رعایا کو جو حقوق دیے، اس کا مقابلہ اگر اس زمانے کی اور سلطنتوں سے کیا جائے، تو کسی طرح کا تناسب نہ ہوگا۔ حضرت عمر فاروقؓ کے عہد میں روم و فارس کی جو سلطنتیں تھیں، ان میں غیر قوموں کے حقوق غلاموں سے بدتر تھے۔ شام کے عیسائی باوجود یہ کہ رومیوں کے ہم مذہب تھے، مگر ان کی اپنی مقبوضہ زمینوں پر کسی قسم کا مالکانہ حق تک حاصل نہ تھا۔ یہودیوں کا حال ان مملکتوں میں اس قدر بدتر تھا کہ ان پر رعایا کا اطلاق بھی نہیں ہوتا تھا، جب کہ فارس کے عیسائیوں کی حالت ان سے بھی بدتر تھی۔ حضرت عمرؓ نے جب ان ممالک کو فتح کیا تو دفعتاً وہ حالت بدل گئی، جس طرح انہیں حقوق دیے، اس لحاظ سے گویا وہ رعایا ہی نہیں رہے، بلکہ اس قسم کا تعلق رہ گیا، جیسے دو برابر کے معاہدہ کرنے والے فریقوں میں ہوتا ہے۔ حضرت عمرؓ نے مختلف ممالک کی فتوحات کے وقت جو تحریری معاہدے کیے، انہیں دیکھ کر اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ آپؐ نے غیر مسلم رعایا کو کس قدر حقوق دیے اور ان کی کتنی دل جوئی کی۔

خلیفہ دوم حضرت عمر فاروقؓ 14 سو سال پہلے بیت المقدس میں داخل ہونے کے بعد ایک حکم یہودیوں کی پانچ سو سالہ جلاوطنی کو منسوخ کرنے کا دیا۔ حضرت عمرؓ نے عیسائیوں کے مقدس مقام کا اس قدر احترام کیا کہ اس کی فتح کے موقع پر بہ نفس نفیس بیت المقدس تشریف لے گئے۔ آپؐ کا یہ سفر نہایت سادگی سے طے ہوا۔ مقام جابہ میں دیر تک قیام کر کے، بیت المقدس کا

فرمان ہو کہ۔ کہانی

## بے اولاد جوڑے اور پھل دار درخت

تنے سے لگ کر اپنی پیشانی اس پر لگائیں پھر آنکھیں بند کر کے اللہ سے لو لگاتے ہوئے دعا کریں۔ ”یا اللہ تو نے ہی اس درخت کو بار آور کیا ہے، یہ تیری تخلیق ہے اس درخت جیسی طاقت مجھے بخش دے“

پرند، درخت وغیرہ۔ ہمیشہ اچھے دوست بنائیں۔ خوبصورت پرندے پالیں۔ دودھ دینے والے جانوروں سے محبت رکھیں۔ اپنے گھر میں پھول اور پودے لگائیں۔ ہو سکے تو خوبصورت پھولوں کے گیلے رکھ لیں اور انہیں پانی خود دیں۔ ساتھ ہی اللہ تعالیٰ سے دعا کریں کہ ”یا اللہ جس طرح تو نے ان گملوں میں پھول سجائے ہیں، میرے گھر کے آگن میں بھی پھول کھلا دے۔ خوبصورت صحت مند، فرمانبردار بچہ عطا فرما۔ آپ یہ دعا ہر پھل دار اور درخت کو دیکھ کر بھی مانگیں اور ”یا مصود“ کا ورد جاری رکھیں۔ اللہ بے نیاز ہے، وہ دعاؤں کا سننے والا ہے۔ کوئی بھی پھل دار درخت، جس میں خوب پھل آتے ہوں، نماز فجر کے بعد (جب سورج کی کرنیں نکلنے لگیں) ننگے پاؤں صاف سترے ہو کر (اگر ٹھنڈک زیادہ لگے تو چپل پہن لیں) اس کے نیچے جائیں۔ تنے سے لگ کر اپنی پیشانی اس پر لگائیں پھر آنکھیں بند کر کے اللہ سے لو لگاتے ہوئے دعا کریں۔ ”یا اللہ تو نے ہی اس درخت کو بار آور کیا ہے، یہ تیری تخلیق ہے۔ اس درخت جیسی طاقت مجھے بخش دے اور مجھے بھی بار آور کر دے، جیسے تو نے اس درخت کو کیا ہے۔ یا اللہ! مجھے صحت مند فرمانبردار بچہ عنایت فرما۔ آمین ثم آمین۔“ جب آپ محسوس کریں کہ درخت سے توانائی آپ کے اندر اتر رہی ہے تو درخت سے ہٹ جائیں۔ اسے پیار سے تھپکائیں اور پانی دیں۔ یاد رکھیے، پودے، درخت سب جان دار ہوتے ہیں اور ان سے باقاعدہ انرجی خارج ہوتی ہے۔ یہ حقیقت ہے کہ ہر شے سے شعاعیں نکل رہی ہیں، حتیٰ کہ ہماری انگلیوں کی پوروں سے بھی۔ اسی لیے پیارے نبی ﷺ نے کھانے کے بعد پوروں کو چاٹنے کا حکم دیا ہے۔ اس سے کھانا ہضم ہوتا ہے۔ آپؐ یہ نسخہ آزما کر دیکھیں، انشاء اللہ ضرور بار آور ہوں گی۔ آپؐ کی دنیا بدل جائے گی۔ ایک ننھا منا پیار سا بچہ آپؐ کی گود میں کلکاریاں مارے گا تو آپؐ کی دھڑکنیں خود بخود پکاراٹھیں گی۔

یہ کس کو دیکھ کر دیکھا ہے۔ میں نے بزم ہستی میں کہ جو شے ہے، نگاہوں کو حسیں معلوم ہوتی ہے۔

اللہ تعالیٰ نے انسان کو اشرف المخلوقات بنایا۔ اسے عقل و شعور سے نوازا۔ نر اور مادہ پیدا کیے اور پھر ان سے جوڑے بنائے۔ اس طرح تخلیق کا عمل جاری و ساری کیا۔ عورت کو ماں جیسا عظیم رتبہ ملا اور یہ وہ رتبہ درشت ہے، جس کی خواہش ہر عورت میں بدرجہ اتم موجود ہوتی ہے۔ لیکن ہر خواہش کی تکمیل کے لیے کچھ نہ کچھ محنت، قربانی ضرور درکار ہوتی ہے۔ سورہ نجم کی آیت نمبر 39 میں ارشاد باری تعالیٰ ہے (لَئِنْ شِئْنَا لَإِذَا نَسْأَلُ الْإِنْسَانَ: انسان کا ایک پاؤں تدبیر اشاعتی ہے تو دوسرا تقدیر۔ قسمت میں تو گندی مٹی ہے، کوئی اینٹ بنائے یا کوڑا۔ اللہ تعالیٰ نے ہمیں عقل اسی لیے عطا کی ہے کہ ہم اسے بروئے کار لائیں۔ یہ قانونِ فطرت ہے کہ جس چیز کا استعمال بند کر دیا جائے، وہ ناکارہ ہو جاتی ہے۔ شفاف پانی بھی مستقل کہیں رکھا رہے تو بدبو پیدا کر دیتا ہے۔ کوئی بھی مشینری استعمال میں نہ لائی جائے تو زنگ آلود ہو جاتی ہے۔ انسانی مشینری بھی متحرک رہنا چاہتی ہے۔ کاپلی انسان کو تباہ کر دیتی ہے۔ قصہ مختصر اولاد کی خواہش مند خواتین خود کو مصروف رکھیں۔ غصے اور زیادہ کھانے سے پرہیز کریں۔

خدا انخواستہ کوئی بیماری ہو جائے تو ڈاکٹر سے فوری رجوع کریں۔ ایک دوسرے کا خیال رکھیں۔ بچوں سے پیار کریں، صدقہ خیرات کرتی رہیں۔ خود کو ہمیشہ ماں کے روپ میں دیکھیں۔ زیادہ تر ایسے ماحول میں رہیں جہاں بچے اور پودے وغیرہ ہوں۔ عبادت اور صفائی کا خاص خیال رکھیں۔ اپنی غذا پر بھی خاص توجہ دیں کہ جو ہم کھانا کھاتے ہیں، وہی ہمارے جسم کا حصہ بنتا ہے۔ زیادہ پکی اشیائیں کھائیں۔ مرغین غذاؤں سے پرہیز کریں، اس سے زہریلا مادہ پیدا ہوتا ہے۔ ادھ پکی چیزیں کھائیں۔ دودھ کے بجائے وہی زیادہ مفید ہے۔ پکی سبزیاں کھائیں۔ تلی کے پتے، اس کے بیج اور سونف کو استعمال میں لائیں۔ ہر قسم کا سبز، پھل، پھول، تیل، بوٹے اور پھل دار درخت زیادہ سے زیادہ دیکھیں۔ یاد رکھیے، ہر شے اپنی الگ خاصیت رکھتی ہے۔ انسان، حیوان، چرند،

# دین پر عمل کرنے کی برکات

سات دن کے بعد جب میں دوبارہ اس چوک سے گزرا تو نوٹ کے ٹکڑے ہو چکے تھے اور پھٹ چکا تھا مگر کسی نے اس کو ہاتھ نہ لگایا۔

(پروفیسر ڈاکٹر نور احمد نور۔۔۔ فزیشن ملتان)

قریب آ رہا تھا۔ دن بدن پریشانی بڑھتی جا رہی تھی۔ امیر مدینہ منورہ کی کئی دفعہ تنبیہ پر بھی امریکن کمپنی نے تیزی نہ دکھائی۔ امیر مدینہ بہت تنگ آیا اور غصہ میں آ کر امریکن کمپنی کے ڈائریکٹر کو تھپڑ مار دیا۔ تھپڑ نے ساری سعودی گورنمنٹ کو ہلا کر رکھ دیا۔ تمام امریکن کمپنیاں ہڑتال پر چلی گئیں۔ سڑک کا کام اور زیادہ لیٹ ہو گیا۔ آخر صلح اس شرط پر ہوئی کہ امریکن ڈائریکٹر، امیر مدینہ کو تھپڑ مارے گا، پہلے اس نے تھپڑ مارا، پھر امریکن کمپنیوں نے کام شروع کیا۔

**غریب:**۔۔۔ صدقہ، زکوٰۃ اور فطرانہ کے لیے ہمیں غریب آدمی تلاش کرنا مشکل تھا۔ ایک دن پاکستانی ڈاکٹر بازار میں چیزیں خرید کر رہے تھے کہ ہم نے ایک بوڑھے کو میلے کپڑوں میں دیکھا اور ظاہراً غریب لگ رہا تھا۔ ہمارے ایک پاکستانی ڈاکٹر نے اس بدو کو سو (100) ریال خیرات کے دیے۔ اس کا پیسہ دینا ہی تھا کہ بوڑھے سعودی نے شور مچا دیا کہ میں تو ”رجل غنی“ ہوں۔ رجل غنی اس کو کہتے ہیں جس کے پاس اربوں ریال ہو۔ وہ کہنے لگا میری بیوی مر چکی ہے، مجھے کپڑے دھو کر کوئی نہیں دیتا، میں تو غریب نہیں ہوں۔ اس شور پر پولیس آ گئی۔ ہم نے پولیس والے کو بات سمجھائی اور پولیس والوں نے اس کو چپ کرایا اور بڑی مشکل سے خلاصی نصیب ہوئی۔ مسجدوں کے باہر عورتیں کالے برقعے پہن کر بیٹھی ہوئی تھیں، مگر ان کو خیرات نہیں دیتے تھے اور نہ کسی کو خیرات دیتے دیکھا کیونکہ وہاں کا مال اور عطیات کا محکمہ بیوگان، یتیم اور غریب لوگوں کو ان کے گھروں پر امداد پہنچا دیتا تھا اور اس کام کرنا والے دین کی برکت سے پوری پوری ڈیوٹی دیتے تھے۔

**شادی بیاہ:**۔۔۔ شادی کی تقریبات بہت سادہ، گانے بجانے اور فوٹو گرافی سے پاک ہوتیں۔ (نجمی عن المنکر اور امر بالمعروف) کا محکمہ میں ایماندار لوگ لگے ہوئے تھے۔ اس لئے رشوت، سفارش کو قریب نہ آنے دیتے۔ ایک عجیب چیز جو میں نے دیکھی وہ یہ کہ بھائی بھائی آپس میں اپنے بچوں، بچیوں کے رشتے نہ کرتے تھے۔ نوجوان لڑکیاں گھروں میں بیٹھی رہتیں مگر اپنے بھائیوں کے لڑکوں سے رشتہ نہ کرتے۔ میں نے وجہ دریافت کی تو بتایا گیا کہ آپس کے رشتوں سے جھگڑے اور دشمنی ہو جاتی ہیں۔ شادی کرنے والے دو لکھ سو ساڑھے تین سو روپے لڑکی والے کو کوئی خرچ نہ کرنے دیتے تھے۔

چائے بھی پیتا مگر وہ قبول نہ کرتا۔ وہ میرے مریضوں کی تفصیل لکھتا رہتا۔ ایک دفعہ ایک مریض کو ساتھ والی ہستی سے لایا گیا جس کو دورے پڑ رہے تھے۔ سارے ہستی والے مریض کے ساتھ تھے، جن کی تعداد پینتیس کے قریب تھی۔ تین ماہ بعد دفتر میں میری پیشی ہوئی اور دفتر والوں نے بتایا کہ آپ کے پاس مریض آتے ہیں۔ مثلاً ایک دن پینتیس مریض آئے تھے۔ میں نے دفتر والوں کو یہ بتایا اور یہ بھی عرض کیا کہ ایک مریض تھا باقی پچیس اس کے متعلقین تھے۔ اس بات کی تفتیش کی گئی اور میری بات صحیح ہونے پر میری خلاصی ہوئی۔

**چوری، جھگڑا، لڑائی:**۔۔۔ میرے ایک سال کے قیام میں، میں نے اپنے علاقے میں چوری کا ایک بھی واقعہ نہ دیکھا۔ اگر کسی کی کوئی چیز گر جاتی تو یا اس کو اٹھا کر تھانہ پہنچا دیتے یا وہیں پڑی رہتی۔ مجھے اب تک یاد ہے کہ بازار کے ایک چوک پر دس ریال کا نوٹ پڑا تھا، میں نے اس کو اٹھا کر ساتھ والے دکاندار کو دیا تو اس نے لینے سے انکار کر دیا کہ وہاں سے تھانہ دور تھا اس لیے اس کو پہنچانے میں وقت لگتا تھا۔ دوکاندار وہاں جانے کو تیار نہیں تھا۔ مجھے دوکاندار نے کہا کہ اس نوٹ کو یہاں رہنے دو۔ سات دن کے بعد جب میں دوبارہ اس چوک سے گزرا تو نوٹ کے ٹکڑے ہو چکے تھے اور پھٹ چکا تھا مگر کسی نے اس کو ہاتھ نہ لگایا۔ لڑائی، جھگڑا تو کبھی دیکھنے میں نہیں آیا تھا کیونکہ وہاں پر پولیس دونوں فریقوں کو جیل میں ڈال کر دوسرے دن عدالت میں پیش کرتی تھی۔ گالی دینے پر سزا دی جاتی تھی اور تھپڑ کا بدلہ تھپڑ تھا۔ امیر غریب کا وہاں کوئی فرق نہ تھا، سب کی سزا برابر تھی۔ سعودی عرب میں ایک مشہور واقعہ ہوا تھا۔ مکہ مدینہ روڈ میرے وقت میں بننا شروع ہوئی۔ اس سڑک کے چار حصوں پر کام شروع ہوا۔ سعودی گورنمنٹ نے ایک انعام بھی رکھا کہ جو کمپنی کام پہلے کرے گی اس کو بہت بڑا انعام دیا جائے گا۔ تین کمپنیوں نے کام مکمل کر لیا۔ مگر مدینہ منورہ کے حصہ کا کام جو امریکن کمپنی کر رہی تھی مکمل نہ ہوا۔ امیر مدینہ منورہ نے کئی دفعہ امریکن کمپنی کو وارننگ دی مگر کوئی اثر نہ ہوا۔ حج کا موسم

سعودی عرب کے علاوہ کسی اور ملک میں شریعت مطہرہ پر عمل کرنے کی برکات کا مشاہدہ نہیں کیا جاسکتا۔ یہ برکات خاص کر سعودی عرب میں ان جگہوں پر دیکھی جاسکتی ہیں جہاں غیر ملکی کم ہیں اور زیادہ تر سعودی آبادی موجود ہے۔ وہ علاقہ جہاں میں نے سروس کی یعنی القصیم، علماء کرام یعنی مطوئین کا علاقہ کہلاتا تھا اور دین اسلام اصلی شکل میں دیکھا جاتا تھا۔ القصیم وہ علاقہ ہے جہاں سب سے آخر میں ٹیلی ویژن کی اجازت ملی۔ یہ علاقہ نیک لوگوں کا مسکن تھا اور ان لوگوں میں صحابہ کرام کی صفات دیکھی جاتی تھیں۔ سارے سعودی عرب میں سبزہ زیادہ یہاں تھا۔ یہاں کے تربوز، خربوزے اور دوسرے پھل بہت سستے اور میٹھے تھے اور تمام عرب ممالک میں بیجے جاتے تھے۔ اب تو وہاں گندم اتنی کاشت ہوتی ہے کہ باہر ملکوں میں بھیجی جاتی ہے اور ملکی ضرورت سے زیادہ ہوتی ہے۔ یہ سب دین پر چلنے کی برکات ہیں۔

**نماز:**۔۔۔ ہر مسلمان نماز ادا کرتا، جو سستی کرتا اس کو سزا دی جاتی۔ ایک پاکستانی ڈاکٹر کو نماز کے لیے بار بار تنبیہ کی گئی مگر اس نے اپنی اصلاح نہ کی تو چوک میں جمعہ کے دن اس کو پکڑ کر درے مارے گئے۔ اس کے بعد ڈاکٹر صاحب نے اپنی زندگی میں تبدیلی دکھائی۔ شہر مختلف محلوں میں تقسیم تھا اور محلہ کے وسط میں مسجد تھی جس میں ایک رجسٹر تھا اور تمام مردوں کی فجر کی نماز میں حاضری لگتی تھی۔ ایک دن میں امیر جنسی میں ہسپتال چلا گیا اور نماز ہسپتال کی مسجد میں ادا کی، اپنے محلہ کی مسجد میں غیر حاضر ہونے کی وجہ سے مجھ سے باز پرس ہوئی۔

**زکوٰۃ و عطیات:**۔۔۔ اس کا محکمہ مخصوص تھا، جو ہر آدمی کی آمدن پر نظر رکھتا اور وقتاً فوقتاً دفتر میں بلا کر تفتیش کرتا۔ اس محکمہ کی خوبی یہ تھی کہ ایماندار آدمی خاص کر مطوئین ملازم تھے جن کی تنخواہ کئی کئی گنا تھی۔ یہ حضرات آمدنی کے بارے میں صحیح رپورٹ کرتے اور کسی افسر یا دکاندار سے مرعوب نہ ہوتے تھے۔ جب میں نے حکومت کی اجازت سے پرنٹس شروع کی تو میں ہر ماہ ایک آدمی کو ایک یا دو دفعہ اپنے کلینک کے باہر بیٹھا دیکھتا تھا۔ میں اس کو شروہ یا



## تاریخ کے آئینے میں

ایک نامعروف فرہ پرندہ اتر اور ایک درخت پر بیٹھ کر پھول چنے لگا اور پھر وہ اڑ گیا

(مرسلہ: حبیب اللہ - لاہور)

حضرت ابو دجانہ کا ایک مشہور واقعہ ہے کہ حضرت ابو بکر کے عہد میں جب جنگ یمامہ شروع ہوئی تو آپ نے بھی اس میں نہایت جانبازی دکھائی۔ میلہ کذاب سے جو مدعی نبوت تھا، مقابلہ تھا۔ اس کا ایک باغ تھا اور وہ اسی کے اندر لڑ رہا تھا۔ مسلمان اندر گستاخا تھے لیکن دیوار حال تھی۔ ابو دجانہ نے جب اس صورت حال کا اندازہ لگایا تو انہوں نے اپنے ساتھیوں کو کہا کہ مجھ کو اندر پھینک دو! لوگوں نے آپ کو اٹھا کر دوسری طرف پھینک دیا اور آپ دیوار کے پار گئے لیکن اس پھینکنے کا نتیجہ یہ نکلا کہ آپ کا پاؤں ٹوٹ گیا۔ اس کے باوجود آپ اپنی جگہ سے نہ ہلے اور باغ کے دروازے پر اس طرح جم کر کھڑے رہے کہ مشرکین ان کے قریب نہ آ سکے اور جب تک دوسرے ساتھی باغ میں داخل نہ ہو گئے، آپ اپنی جگہ سے نہ ہلے۔

محمد بن بھر کا بیان ہے کہ حضرت ایوبؑ مکہ کے راستے میں تھے، سفر کے دوران اہل کارواں کو پیاس لگی مگر انہوں نے اس بات کو ظاہر نہ کیا۔ حضرت ایوبؑ نے باصرار دریافت کیا تو انہوں نے اپنی پیاس کا راز افشا کر دیا۔ آپ نے کہا: ”تم کسی پر ظاہر تو نہیں کر دو گے؟ لوگوں نے اقرار کر لیا تو آپ نے ایک دائرہ بنایا اور دعا مانگی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ پانی اگلنے لگا جس سے سب ہی خوب جی بھر کر سیراب ہوئے اور اپنے اونٹوں کو بھی پانی پلایا۔ پھر آپ نے اس جگہ اپنا ہاتھ رکھ دیا اور پانی ابلنا بند ہو گیا۔

محمد بن سیرین خواب کی صحیح ترین تعبیر دینے کے سبب عوام و خواص میں بہت شہرت رکھتے تھے۔ ان کی وفات سے چند روز قبل ایک شخص آیا اور کہنے لگا کہ ”میں نے خواب دیکھا ہے کہ آسمان سے ایک نامعروف فرہ پرندہ اتر اور ایک درخت پر بیٹھ کر پھول چنے لگا اور پھر وہ اڑ گیا۔“ ابن سیرین کے چہرے کا رنگ یہ سنتے ہی متغیر ہو گیا اور فرمایا ”یہ علماء کی موت ہے۔“ خواب کی تعبیر کے فن میں کمال کی وجہ وہ خود بیان کرتے تھے۔ (بقیہ صفحہ 38 پر)

## آپ مریض ہیں، تو یہ عمل کریں

شوہر اگر بیوی کے مہر کی رقم اپنے کاروبار میں لگا دے تو اس رقم سے انشاء اللہ تعالیٰ کاروبار میں نقصان نہ ہوگا بلکہ مہر کی رقم طرفین کے لیے خیر و برکت کی چیز ہے۔ (انتخاب: میاں عمران - فیصل آباد)

میاں بیوی میں محبت پیدا کرنے کا آسان نسخہ: میاں بیوی میں محبت پیدا کرنے کا آسان نسخہ یہ ہے کہ دونوں ایک دوسرے کیلئے (خیر کی) دعائیں کرتے رہیں۔ ان شاء اللہ چند دنوں میں ایسی عجیب محبت پیدا ہو جائے گی کہ جس کا دونوں کو وہم و گمان بھی نہ ہوگا۔

موت کے سوا ہر چیز سے امن:

مسند بزار میں حدیث ہے کہ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا جب تم بستر پر لیٹو تو سورۃ فاتحہ اور سورۃ اخلاص پڑھ لیا کرو تو موت کے سوا ہر چیز سے امن میں رہو گے (تفسیر ابن کثیر جلد ۱ ص ۳۲) یقین کامل کے ساتھ مذکورہ مسنون عمل کیا جائے تو چوروں، ڈاکوؤں سے بھی گھر کی حفاظت رہے اور خود بھی امن سے رات گزارے۔

آپ مریض ہیں تو یہ عمل کریں:

ابن جریر میں حضرت علیؑ کا فرمان ہے جب تم میں سے کوئی شفا چاہے تو قرآن کریم کی کسی آیت کو کسی جھینے پر لکھ لے اور اسے بارش کے پانی سے دھو لے اور اپنی بیوی کے مال (مہر) سے اس کی رضا مندی سے پیسے لے کر شہد خرید لے اور یہ دونوں پی لے پس اسی میں کئی وجہ سے شفا آ جائے گی۔ خدا تعالیٰ عزوجل کا فرمان ہے۔

”وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ“ (سورۃ بنی اسرائیل آیت نمبر 82)

”ہم نے قرآن میں وہ نازل فرمایا ہے جو شفا ہے اور رحمت ہے مؤمنین کیلئے۔“ ایک دوسری آیت میں ہے

”وَإِنزِلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُّبَارَكًا“

”ہم ہی آسمان سے بابرکت پانی برساتے ہیں۔“ مزید فرمایا ”فَإِن طِبَّنَ لَكُمْ عَنْ شَيْءٍ مِنْهُ نَفْسًا فَكُلُوهُ“

”ہدیتنا مریٹا“ (سورۃ النساء آیت نمبر 4)

”اگر عورتیں اپنے مال مہر میں سے اپنی خوشی سے تمہیں دے

### تجیرِ محدہ کے لیے ایک ٹوکہ

(مرسلہ اکمل فاروق رحمان - سرگودھا)

کوزہ مہری 2 تولہ، سونف ایک پاؤ، جھوٹی الائچی 1 تولہ، مغزیادام 2 تولہ، کوکٹ پیس کر محفوظ کر لیں۔ تجیرِ محدہ کی تکلیف میں ایک چمچ دن میں 3 بار پانی کے ہمراہ لیں۔ ایسا آزمودہ نسخہ ہے کہ استعمال کرنے کے بعد آپ تعریف ضرور کریں گے۔

# حافظ قرآن کی توبہ واستغفار

## ماہانہ روحانی محفل

گمراہی اور ٹھوکروں کے بعد میں نے اللہ سے معافی مانگی اور میں ہر وقت توبہ واستغفار اور یا اللہ تیرا شکر ہے کا ورد کرتا رہا۔ یہ سب اس کا نتیجہ ہے میں نے جو چاہا سودو بارہ پالیا

تحریر: حاجی شمس الدین سکرچی

میں محمد عثمان علی رضا ماہنامہ عبقری بہت شوق سے پڑھتا ہوں۔ میں اپنے گھر کا سودا سلف لینے کے لیے بابا جزل سنور، لندن شاپنگ سنٹر کراچی کمپنی مرکز G-9 جاتا ہوں۔ برابر میں (شمس الدین ہوئیوکلینک ہے)۔ ڈاکٹر محمد ارشاد گلے کی بیماری کا بہت اچھا علاج کرتے ہیں۔ وہاں پر باباجی حاجی شمس الدین سے ملاقات ہوئی۔ ہم دونوں اپنی اپنی باری کا انتظار کر رہے تھے۔ ماہنامہ عبقری میرے ہاتھ میں تھا، بابا نے دیکھنے کے لیے مانگا۔ پھر مجھے کہا ہر ماہ پڑھتے ہو اور کیا کبھی اس میں کوئی تحریر بھی کیا ہے۔ میں نے کہا ابھی تو صرف پڑھتا ہوں، اگر کوئی قابل تحریر واقعہ ہوا تو تحریر بھی کروں گا اس پر بابا نے مجھے ایک واقعہ سنایا جو میں آپ کی نذر کر رہا ہوں۔ انہوں نے کہا کہ میں پنجاب کے شہر سرگودھا میں (شمس اینڈ کمپنی غلہ منڈی سرگودھا) میں آڑھت کا کام کرتا تھا۔ میرے پاس ایک خوبصورت نوجوان نشی کا کام کرتا تھا۔ حافظ محمد حنیف بہت قابل اور مخلص شخص تھا۔ وہ میرے پاس 1983ء تک کام کرتا رہا۔ کیونکہ میں 1983ء میں کام چھوڑ کر بچوں کے پاس اسلام آباد آ گیا اور آجکل بچوں کے پاس رہ رہا ہوں۔ 1992ء میں حافظ صاحب میرے پاس آئے اور کہا کہ مجھے یہاں پر کوئی کام لگوا دیں۔ میں نے بابا ویڈیو سنٹر پشاور موڈ G/9/4 پر اسے رکھوا دیا۔ اس نے ایک سال کام کیا مگر گھر نہ گیا اور عید پر میرے گھر رہا۔ میں نے کہا کیا بات ہے گھر کیوں نہیں گئے؟ کہنے لگا گھر جاؤں گا جب میرے پاس گھر جانے کے لیے کچھ ہوگا۔ میں بہت کمانا چاہتا ہوں اور باباجی ویڈیو سنٹر پر کام نہیں کرنا چاہتا۔ کسی اور کام پر لگوادیں آپ کی مہربانی ہوگی۔ میں نے اسے گلزار بیسٹ G/9/4 پر بھی رکھوا دیا۔ وہاں سے وہ 1998ء تک کام کرتا رہا۔ پھر ایک دن میرے پاس آیا اور کہا میں مکہ سعودی عرب جا رہا ہوں۔ زندگی رہی تو پھر ملوں گا۔ دوبارہ مجھے 2000ء میں ملا اور کہا کہ آج میں اپنے گھر، سرگودھا جاؤں گا۔ میں نے کہا کہ کیا اس قابل ہو گئے ہو۔ تو اس نے کہا باباجی آج آپ کو اپنی کہانی سناتا ہوں۔ آپ کو معلوم ہے

کہ میرا ذاتی گھر تھا، بیوی، دو بیٹیاں، دو بیٹے تھے۔ میں خوب محنت بھی کرتا تھا۔ مگر بچوں کی اچھی تعلیم و پرورش نے مجھے دولت کمانے پر اکسایا۔ میں حافظ قرآن ہوں اور ایمان داری سے کام کرتا ہوں مگر میری کمائی سے گزارہ مشکل تھا۔ میں دولت کمانے کی خاطر جوئے کی بری عادت میں پڑ گیا۔ مگر جو مجھے راس نہ آیا میں مقروض ہو گیا۔ خیر میں نے مکان کا سودا کیا اور مالک سے رقم لیکر قبضہ کے لیے وقت لے لیا میں نے دونوں بیٹیوں کی شادی کر دی۔ پھر مکان مالک کے حوالے کیا اور خود کرایہ کے مکان میں چلا گیا۔ قرض والوں نے سنا تا شروع کر دیا۔ بیوی اسی غم میں مر گئی۔ صرف دو بیٹے رہ گئے۔ میں قرض والوں سے تنگ آ کر آپکے پاس چلا آیا تھا۔ بیٹے بھی مکان چھوڑ کر کہیں اور مزدوری کر رہے تھے۔ میں نے یہاں جو کمایا قرض والوں کا قرضہ واپس کر دیا اور بیٹوں کو ان کے حال پر چھوڑ کر میں مکہ مکرمہ سعودی عرب چلا گیا۔ کیونکہ مکہ مکرمہ میں ہوٹل والوں کا بھی قرضہ دینا تھا۔ جب میں نے سب کا قرض ویدیا تو ان کا کیوں رہتا؟ میں نے مکہ والوں سے کہا کہ مجھے وہاں بلوالتا کہ میں آپ کا قرض اتار سکوں میری نیت اور دعا تھی کہ میں قرض سے چھٹکارا پاؤں۔ انہوں نے بلوایا۔ میں نے ان کا قرضہ اتارا اور جو خرچہ انہوں نے بلوانے پر کیا وہ بھی ادا کر دیا اور اب میرے پاس بھی اللہ نے کرم کر دیا۔ اب میں اپنے بچوں کے پاس جا رہا ہوں۔ میں نے کہا اتنی جلدی یہ کیسے ہوا؟ اس نے بتایا گمراہی اور ٹھوکروں کے بعد میں نے اللہ سے معافی مانگی اور میں ہر وقت توبہ واستغفار اور یا اللہ تیرا شکر ہے کا ورد کرتا رہا۔ یہ سب اس کا نتیجہ ہے میں نے جو چاہا سودو بارہ پالیا۔ اپنے کیسے کی سزا کدھ بھی نہیں ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

### رسالے کا تبادلہ

اطلاعا عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

ناممکن روحانی مشکلات، لاعلاج جسمانی بیماریاں اس ماہ کی روحانی محفل، مارچ کی 24 تاریخ کو پیر کے دن ہے۔ لہذا دوپہر 2:00 بجے سے لیکر سہ پہر 4:32 کے درمیان کسی بھی وقت (غسل یا وضو کرنے کے بعد) 40 منٹ تک ”سورۃ الکھثر“ مع تسبیح لا اقلہ 40 غلہ، درود دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سونے صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی چلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ ٹھیک 40 منٹ کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پیئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔ (نوٹ: اگر کسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے۔ در خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شر لوگوں کی مرادیں پوری ہوں گی۔ ناممکن ممکن ہوں گی۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (فقیر محمد طارق محمود عفی اللہ عنہ)

### روحانی محفل سے گھر بلوالمجنوں کا خاتمہ

ماہ جنین پشاور سے لکھتی ہیں کہ میں نے ہر ماہ کی روحانی محفل کی ہمیشہ قدر کی۔ اسکی وجہ سے میرے اتنے مسائل حل ہوئے، بیان نہیں کر سکتی۔ خاص طور پر 18 سال سے میرا شراب مجھے چھوڑ کر چلا گیا تھا۔ دوسری بے نکاحی عورت کو رکھا ہوا تھا، واپس آیا مجھ سے معذرت کر لی اور اب بالکل درست ہے۔ چکوال سے مشتاق احمد طویل خط لکھتے ہیں کہ بے روزگار تھا اور سخت مقروض تھا اب عالم یہ ہے کہ اوروں کو بھی اس محفل کے بارے بتاتا ہوں اور خود بھی خوب فیض پاتا ہوں۔ محفل اس محفل کی برکت ہے اسی طرح عزیز الرحمن نے کراچی سے فون پر بتایا کہ بیٹوں کی شادی میں رکاوٹ تھی۔ خود بھی اور بیوی نے بھی روحانی محفل کے وظائف پڑھے۔ رشتوں کے معاملے میں اب عالم یہ ہے کہ کہاں کریں اور کہاں نہ کریں۔ قارئین جگہ کی کمی کی وجہ سے چند احباب کے مختصر خطوط شامل کیے ہیں ورنہ اس محفل سے انھوں لوگ فیض پارہے ہیں۔

# نصیحت کی باتیں، بچوں کی زبانی

بچوں کا منصوبہ

سے آراستہ حضرت عمرؓ کی عدالت میں پہنچا۔ آپ اس وقت مسجد نبویؐ میں تشریف رکھتے تھے۔ فرمایا تم نے مسلسل تین بار بدعہدی کی۔ اب اگر اس کا بدلہ تم سے لیا جائے تو تم کو کیا اعتراض ہے؟

ہرمزان نے کہا مجھے خوف ہے کہ میرا اعتراض سننے سے بیشتر ہی مجھے قتل نہ کر دیا جائے۔ آپ نے فرمایا ایسا ہرگز نہ ہوگا تم کوئی خوف نہ کرو۔ ہرمزان نے کہا مجھ کو پانی پلا دو۔ حضرت عمرؓ نے پانی لانے کا حکم دیا۔ ہرمزان نے ہاتھ میں پانی کا پیالہ لیکر کہا مجھے خطرہ ہے کہ میں پانی پینے کی حالت میں قتل نہ کر دیا جاؤں۔ حضرت عمرؓ نے فرمایا جب تک تم پانی نہ پی لو اور اپنا عذر بیان نہ کرو تم اپنے آپ کو ہر قسم کے خطرہ سے محفوظ سمجھو۔ ہرمزان نے پیالہ ہاتھ سے رکھ دیا اور کہا میں پانی نہیں پینا چاہتا آپ نے مجھ کو امان بخشی ہے اس لیے آپ مجھ کو قتل بھی نہیں کر سکتے۔ حضرت عمرؓ کو ہرمزان کی اس چالاکی اور دھوکہ دہی پر بہت غصہ آیا۔ لیکن حضرت انسؓ درمیان میں بول اٹھے اور کہا۔ امیر المومنین! یہ سچ کہتا ہے کیونکہ آپ نے فرمایا ہے کہ جب تک پورا حال نہ کہہ لو کسی قسم کا خوف نہ کرو۔ اور جب تک پانی نہ پی لو کسی قسم کے خطرے میں نہ ڈالے جاؤ گے۔ حضرت عمرؓ انسؓ کے کلام کی دوسرے صحابہؓ نے بھی تائید کی۔ حضرت عمرؓ نے فرمایا ہرمزان تو نے مجھے دھوکا دیا ہے لیکن میں تجھے دھوکا نہ دوں گا۔ اسلام نے اس کی تعلیم نہیں دی۔ ایفائے عہد اور حسن سلوک کا نتیجہ یہ ہوا کہ ہرمزان مسلمان ہو گیا۔ امیر المومنین نے دو ہزار سالانہ اسکی تنخواہ مقرر کر دی۔

## نبوت کے تربیت یافتہ بچے

ایک دفعہ حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ نماز کے لیے مسجد میں تشریف لے گئے۔ وہاں ایک ضعیف بابائی دھوکہ کھاتا تھا۔ لیکن دونوں بھائیوں نے دیکھا کہ ان کے وضو کا طریقہ ٹھیک نہیں ہے۔ اب دونوں بھائی سوچ میں پڑ گئے کہ ہم ان کی اصلاح کیسے کریں۔ کیونکہ وہ بزرگ ہیں اور کہیں ہماری باتیں ان کو ناگوار نہ گزریں اور ہماری وجہ سے ان کو تکلیف ہو۔ آخر انہوں نے مشورے سے ایک پروگرام بنایا کہ ان کی اصلاح بھی ہو جائے اور ان کی دل شکنی بھی نہ ہو۔ اب ان بزرگ کے پاس گئے اور کہا بابا جی! میرا بھائی کہتا ہے کہ میں ٹھیک وضو کرتا ہوں اور میں کہتا ہوں کہ میں ٹھیک کرتا ہوں۔ آپ ہم دونوں کا وضو دیکھیں اور بتائیں کہ کون صحیح طریقے سے وضو کرتا ہے؟ اب پہلے حضرت حسنؓ نے وضو کیا اور خوب اچھے طریقے سے کیا۔

بابا جی وضو کر رہے تھے لیکن دونوں بھائیوں نے دیکھا کہ ان کے وضو کا طریقہ ٹھیک نہیں ہے۔ اب دونوں بھائی سوچ میں پڑ گئے کہ ہم ان کی اصلاح کیسے کریں۔ کیونکہ وہ بزرگ ہیں اور کہیں ہماری باتیں ان کو ناگوار نہ گزریں

## تعبیر

(تحریر: حجاب بنت راشد شمش، لاہور)

آفتاب ایک شریر لڑکا تھا۔ محلے کے تمام لوگ اس کی شرارتوں سے تنگ تھے۔ وہ آئے دن کوئی نہ کوئی نئی شرارت کر بیٹھتا۔ پرندوں کے گھونسلے توڑتا اس کا محبوب مشغلہ تھا۔ نہ جانے کتنے پرندوں کے گھونسلے اس کے ہاتھوں پر باد ہو چکے تھے۔ آفتاب کے والدین اکثر اسے سمجھایا کرتے کہ بیٹا پرندوں کو تنگ کرنا اچھی بات نہیں۔ مگر ان کا اس پر کوئی اثر نہ ہوتا بلکہ وہ الٹا ان سے کہتا: ”بچپن میں ہر کوئی شرارت کرتا ہے۔ اگر میں کوئی چھوٹی موٹی شرارت کر لیتا ہوں تو نہ صرف آپ بلکہ پورے محلے والے ہاتھ دھو کر میرے پیچھے پڑ جاتے ہیں۔“ اس کے والد نے قدرے سنجیدہ لہجے میں کہا: ”ہم کب کہتے ہیں کہ تم کوئی شرارت نہ کرو۔ کرو مگر ایسی جس سے کسی کو تکلیف نہ ہو۔“ ایک دن آفتاب چڑیا کے گھونسلے سے اڑے نکالنے کے لیے درخت پر چڑھا تو اس کا پاؤں پھسل پڑا اور وہ دھڑام سے نیچے گرا۔ اس کے نہ صرف شدید چوٹیں آئیں بلکہ اس کی ٹانگ کی ہڈی بھی ٹوٹ گئی۔ اس کو ہسپتال لے جایا گیا۔ جہاں اس کی ٹانگ پر پلاسٹر چڑھا دیا گیا۔ ایک دن سخت تکلیف میں گزارنے کے بعد کچھ آرام آیا تو بیڈ پر لیٹے لیٹے ہی نئی شرارت کرنے کا منصوبہ بنانے لگا۔ اسی سوچ و بچار میں اس کی آنکھ لگ گئی۔ اس نے دیکھا کہ روزِ محشر ہے۔ نفسا نفسا کا عالم ہے۔ ہر شخص اپنے گناہوں سے تلبے دبا جا رہا ہے۔ ہر کوئی خوفزدہ تھا۔ اسی اثناء میں آفتاب کا دم گھٹنے لگا۔ لیکن کسی نے اس کی طرف توجہ نہ دی۔ پھر وہ اپنے خوفناک انجام سے کانپنے لگا۔ اسے اپنی تمام شرارتیں یاد آنے لگیں۔ پھر اس کے کانوں میں پرندوں کا شور گونجنے لگا جو اس کے خلاف احتجاج کر رہے تھے۔ یکا یک کسی نے اس کا ہاتھ پکڑا اور ایک طرف کھینچا۔ اس نے دیکھا سامنے آگ جل رہی ہے اور اس کے جھلسا دینے والے شعلے اس کی طرف لپک رہے ہیں۔ وہ زور زور سے چلانے لگا: ”میں دوزخ میں نہیں جاؤں گا۔ میری توبہ میں آئندہ کسی کو تنگ نہیں کروں گا۔ مجھے چھوڑ دو۔ میں

کسی پرندے کو نقصان نہیں پہنچاؤں گا۔“ اس کے بیڈ کے ساتھ بیٹھی ہوئی اس کی ماں نے اسے سہارا دیا اور پوچھا: ”بیٹا کیا کوئی خواب دیکھا ہے؟“ آفتاب نے اپنے حواس پر قابو پاتے ہوئے اپنی امی کو سارا خواب اور عبرتناک انجام بھی بتا دیا۔ امی نے خواب سننے کے بعد اس سے کہا: ”اس خواب کی تعبیر یہ ہے کہ تم آئندہ کسی کو تکلیف نہ پہنچانا۔ کسی پرندے کے گھونسلے کو مت توڑنا ورنہ یاد رکھو ظالم کا انجام برا ہوتا ہے۔ اس سے قبل کہ تمہارا انجام خوفناک ہو تم ظلم سے توبہ کر لو۔“

آفتاب نے وعدہ کیا کہ وہ کسی بے زبان کو دکھ نہ پہنچائے گا۔ بلکہ ہر مصیبت زدہ کی مدد کرے گا اور مظلوموں کی حمایت کرے گا۔ ”بچو! آپ بھی تکلیف دہ شرارتوں سے اپنا وقت برباد کرنے کے بجائے دینی انسانوں کی خدمت کو اپنا شعار بنائیں۔ اللہ نیکی کریندالوں سے خوش ہوتا ہے اور انہیں اس کا اجر بھی دیتا ہے۔“

## ایفائے عہد کا مثالی واقعہ

(مرسل: حافظ قاسم۔۔۔ قصور پورہ لاہور)

حضرت عمرؓ کا ایک واقعہ قابل ذکر ہے جس سے معلوم ہوگا کہ اس وقت کے مسلمان اپنی زبان کے کس قدر پابند تھے۔ وعدہ، پتھر کی لکیر سمجھتے تھے۔ ہرمزان ایرانیوں کے ایک لشکر کا سردار تھا۔ ایک مرتبہ مغلوب ہو کر اس نے جزیہ دینا بھی قبول کیا تھا۔ مگر پھر باغی ہو کر مقابلے پر آیا۔ لیکن مسلمان حضور اکرم ﷺ کے طریقہ زندگی پر مضبوطی سے جتے ہوئے تھے۔ اس لیے اللہ کی مدد ان کے ساتھ تھی۔ اس بار بھی ہرمزان کو شکست ہوئی اور وہ گرفتار ہو کر اس حالت میں کہ تاج مرصع سر پر تھا، دیا کی قبا زین تن، کمر سے مرقع تلواریں اور زیناں پیش بہار ویرات

**تنبیہ:** ماہنامہ ”عبرقی“ فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے۔ فرقہ وارانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں۔ لہذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

# قارئین کی خصوصی تحریریں

ماہنامہ مغربی کے قارئین! آپ بھی حکیم صاحب کی ایک کتاب انعام میں پائے گئے ہیں ماہنامہ مغربی کے لیے شاندار اور جامعہ تحریر بھیجائیں۔ ہاں تحریر ماہنامہ مغربی کے معیار کی ہو۔ اول آنے والے کو یہ انعام ارسال کیا جائے گا۔ اپنا مکمل پتہ لکھنا نہ بھولیں

## اللہ پر توکل

(محمد آصف قائم خانی۔۔۔ کنڈیارسندھ)

(1) ایک دفعہ بندہ عصر کی نماز پڑھنے جا رہا تھا۔ گرمیوں کے دن تھے۔ نماز میں پانچ منٹ ابھی باقی تھے۔ بندہ کو اپنے شیخ کی صحبت میسر ہے اس لیے گھر سے با وضو ہو کر نکلے۔ شمال کی جانب آسمان پر بادل کا ایک بڑا ٹکڑا اور کچھ چھوٹے ٹکڑے جو کہ بندے کے شہر سے 3/4 کلومیٹر دور ہوں گے، موجود تھے۔ بندہ کی نظر بادلوں پر پڑی اور دل ہی دل اللہ سے دعا کی کہ اللہ بارش برسا اور چلتے چلتے مسجد پہنچ گیا۔ نماز پڑھی اور گھر واپس آ گیا۔ ابھی بس چند منٹ ہی گزرے تھے کہ وہی بادل آئے اور برسنا شروع ہو گئے اور دس پندرہ منٹ برسے اور بارش ختم ہو گئی اور یوں اللہ تعالیٰ نے بندہ کی دعا قبول کی اور بندہ کو قبولیت دکھادی۔

(2) ایک دفعہ مجھے کنڈیارسندھ سے کراچی جانا ہوا۔ برسات کا موسم تھا۔ میری ہمشیرہ بھی ساتھ تھیں۔ انھیں کراچی چھوڑنا تھا کنڈیارسندھ سے برسات شروع ہوئی اور کراچی تک برسات چلتی رہی۔ مجھے دوسرے دن واپس کنڈیارسندھ بھی آنا تھا اور میں بہت پریشان تھا کہ برسات اور موسم بھی بہت خراب ہے واپس کیسے جاؤں گا؟ میں نے دل ہی دل میں اللہ سے مانگا یا اللہ اس بارش کو ختم فرما اور میری مشکل آسان فرما۔ کیونکہ مجھے میرے مرشد نے فرمایا کہ جب بھی کوئی کام کرو پہلی نظر اللہ پر جائے کہ اللہ فلاں کام تو کرے گا۔ میں اللہ کی طرف متوجہ ہوا۔ صبح مجھے کنڈیارسندھ کے لیے واپس جانا تھا، میں نے دیکھا صبح بادل چھٹنا شروع ہو گئے اور موسم ٹھیک ہونا شروع ہو گیا اور جب تکمیں بس اسٹاپ پر پہنچا، دھوپ نکل چکی تھی اور یوں اللہ پاک نے بندہ کی دعا قبول کی اور مشکل آسان کر دی۔ حالانکہ محکمہ موسمیات کی پیش گوئی تھی کہ برسات مزید ہوگی۔

(3) مجھے ایک دفعہ کوچ کے ذریعہ کراچی جانا تھا۔ کنڈیارسندھ سے کراچی تک جگہ بالکل بھی نہ تھی۔ صرف فولڈنگ سیٹ موجود تھی۔ کراچی تک کا سفر، جو کہ 6 گھنٹے پر محیط ہے اور بندہ کا مزاج ذرا نازک ہے اس لیے مشکل دکھائی دیا۔ کنڈیکٹر صاحب کہنے لگے مولوی صاحب سیٹ ملنا ذرا

مشکل ہے لیکن کوشش کرتا ہوں۔ لیکن مجھے بھی نظر آ رہا تھا کہ

سیٹ بالکل بھی نہیں ہے اور لوگوں کا رش بھی تھا کیونکہ تازہ تازہ عید گزری تھی۔ خیر میں نے بیٹھے بیٹھے سورہ یسین کو پڑھنا شروع کیا اور سورہ ختم کی اور اللہ پاک سے مدد مانگی۔ ٹھیک ایک گھنٹہ بعد مجھے ایک سیٹ خالی نظر آئی۔ کنڈیکٹر نے کہا کہ آپ یہاں بیٹھ جائیں۔ اب وہ سیٹ کیسے خالی ہوئی، بندہ کو علم نہیں لیکن میری مشکل سورہ یسین کی بدولت آسان ہوئی۔

(4) میں ایک دفعہ اپنی دوکان پر جا رہا تھا کہ راستہ میں ایک جانے والا ملا اور کہنے لگا آپ کے بڑے بھائی کو پولیس پکڑ کر لے گئی ہے۔ چونکہ میرے بڑے بھائی اس وقت نائب ناظم تھے اور بھائی کی دوستی ایک صحافی سے تھی اور صحافی کی چند روز پہلے سول کورٹ میں جج سے کسی بات پر آن بن ہوئی تھی۔ اس صحافی نے جج کے خلاف درخواست دے دی کہ یہ رشوت لیتا ہے۔ خیر جج صاحب کے ہاتھ صحافی تو نہ لگا اور میرا بھائی صحافی کا دوست ہونے کی وجہ سے اُس جج کے انتقام کی زد میں آ گیا۔ اس جج نے بھائی کا ریمانڈ بھی اسی دن دے دیا اور بھائی کو لاک آپ میں بند کر دیا۔ جب میرے جاننے والے نے مجھے بتایا کہ پولیس آپ کے بھائی کو پکڑ کر لے گئی ہے تو میں ذرا برابر بھی پریشان نہ ہوا اور اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ ہوا۔ میرے مرشد نے مجھے ایک عمل بتایا ہوا ہے کہ کسی بھی مشکل کیوں نہ ہو، یہ عمل کرو انشاء اللہ مشکل آسان ہو گی۔ میں نے ظہر کی نماز پڑھی اور عمل کیا۔ (2 رکعت نفل صلوٰۃ حاجت کے اور اسکے بعد 3 بار سورہ یسین شریف اور پھر اپنے مقصد کی دعا کی) میں نے خوب گزر گزرا کہ دعا مانگی۔ کچھ وقت گزرا اور رات 10:00 بجے کے قریب پولیس نے بھائی کو چھوڑ دیا اور جج شرمندہ ہوا اور صلح کی درخواست کی۔ حالانکہ ریمانڈ شدہ شخص کسی اس طریقے سے نہیں چھوٹ سکتا۔ لوگوں نے کہا بھائی رشوت دی ہے تب بھائی چھوٹا حالانکہ ایسا کچھ بھی نہ تھا۔ یہ صرف اس عمل کی برکت تھی جو میں نے کیا۔

(5) میری کریانہ کی دوکان ہے اور کریانہ میں مختلف آئٹم ہوتے ہیں۔ میرے پاس چاول ختم ہو گیا اور مجھے چاول کی پوری گاڑی سکھر سے لینی تھی۔ کیونکہ وہاں بڑے بڑے بروکر

بیٹھے ہوئے ہیں اور سودا کر دیتے ہیں۔

میرے مرشد نے مجھے ایک عمل بتایا تھا کہ مشکل وقت اور ویسے بھی روزانہ اس کو عمل کو کروں۔ میری کمی کوتاہی ہے کہ روزانہ تو نہیں کرتا بس اس دن سوچا کہ اس عمل کا کمال دیکھوں۔ دو رکعت نفل پڑھی اور ہر سجدہ میں چالیس دفعہ آیت انکری اور سلام کے بعد دس منٹ تک اللہ پاک سے دعا مانگی کہ یا اللہ چاول کی گاڑی میں مدد فرما اور اس کے بعد سکھر روانہ ہو گیا۔ بروکر سے ملاقات ہوئی۔ کہنے لگا شہر سے 2 کلومیٹر باہر راس مل ہے، وہاں سے آپ پوری گاڑی چاول لے لیں۔ میں نے چاول کا نمونہ دیکھنے کے لیے بروکر سے کہا کہ وہ میرے ساتھ وہاں راس مل پر چلے۔ وہ خود تیار ہو گیا۔ راس مل پہنچے، وہاں چاول کا سودا ہوا اور جس ریٹ میں سودا ہوا وہ کیش کارڈ تھا لیکن اس نے پندرہ روز کی سہولت دی کہ پیسے بعد میں دینا۔ پھر اس نے دوسرے روز گاڑی بھیجی تو اس میں چاول کے تھیلوں کی لوڈنگ اتنے اچھے طریقے سے تھی کہ ایک تھیلا ابھی خراب نہیں نکلا نہ ہی بار داند پھنا ہوا تھا۔ حالانکہ ہر گاڑی میں 15/20 تھیلوں کا پھننا لازمی ہے۔ لیکن اللہ تعالیٰ نے اس عمل کی برکت سے مشکل کام کو آسانی میں تبدیل فرما دیا۔ مجھے اس سلسلے میں پہلے کبھی اتنی آسانی میسر نہیں ہوئی۔

(6) بندہ کو بار بار اس چیز کا تجربہ رہا ہے کہ جب بھی کوئی کام کیا تو کام کرنے سے پہلے دل میں یہ خیال کیا کہ یا اللہ یہ کام تو کرے یا کروائے گا اور وہ کام ہو گیا اور بندہ کے ساتھ اتنی بار ایسا ہوا کہ یاد بھی نہیں بلکہ عادت بن چکی ہے اور وہ کام ہو جاتا ہے۔ میں ایک دوکان پر گیا، گولیاں لینی تھی تو دل میں خیال کیا یا اللہ میں اس سے کہوں گا رعایت کرو اور یہ نہیں کرے گا بس تو کروادے۔ میں نے دوکاندار سے پوچھا تو اس نے کچھ روپوں کی رعایت کر دی (حالانکہ اس سے پہلے بندہ کے دل میں یہ بات تھی کہ یہ اتنے پیسے چھوڑ دے اور وہی ہوا)۔

(7) ایک دفعہ میرے گھر والے کسی بات پر سخت ناراض ہو گئے۔ میں اپنے گھر کے دروازے پر پہنچا اور دل ہی دل میں اللہ پاک سے عرض کی یا اللہ تو ہی میری مدد فرما اور میں گھر داخل ہو گیا۔ بندہ کو حیرت ہوئی کہ گھر میں کسی نے ایک لفظ



تک نہیں کہا اور نہ یہ کہا کہ فلاں کام کیوں کیا؟ میں نے اس عمل میں بڑی طاقت دیکھی ہے۔ پہلے میں اس عمل پر شک کرتا تھا لیکن اب یقین ہوتا ہے کہ کام ہوگا اور وہ ہو جاتا ہے۔ بڑا عجیب عمل ہے اور نہایت آسان۔ اس لیے بندہ نے اس کو اپنا معمول بنالیا ہے۔

**روحانی محفل اور علاج (وقت ہر محفل کے لیے 2 گھنٹے)**  
(رانا زاد الغفار علی۔۔۔ اسلام آباد)

صرف تین دن کے لیے

پہلا آدھ گھنٹہ :- سورۃ یسین ایک بار اور ﴿﴾ بار بار اس کے بعد :- ہر مسئلے کی نوعیت کے مطابق

(1) (پناہ کے لیے) سورۃ فلق اور سورۃ الناس بار بار پڑھیں، اس کا پڑھنا ہر مسئلے کا حل ہے۔ کیونکہ جب اللہ جل جلالہ پناہ دیدے تو کوئی چیز مانگنے کے لیے باقی نہیں رہتی زندگی میں کوئی بھی کام کرنا ہو یا بچے بچی کا فیصلہ کرنا ہو اور اگر کر بھی لیا تو اس کی خیر و برکت کے لیے (یہ محفل ہر ایک کے لیے ضروری ہے)

(2) (نگہبانی اور حفاظت کے لیے) **يَا مُهِمِّينُ يَا حَفِیْظُ** (500 بار روزانہ)

(3) (نقصائے حاجت محتاجی سے چھٹکارا، دشمن پر غلبہ، جادو ٹونے سے نجات اور انٹرویو اور زندگی میں کامیابی کے لیے) **يَا قَوُّیْ يَا عَزِیْزُ** اے طاقتور اے غالب (500 بار روزانہ)

(4) (دل کے مرض کے لیے) **اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا عَلَیْہِ رَاٰجِعُوْنَ** . بار بار۔

(5) (شوگر کے مرض کے لیے) **سَلَمٌ قَوْلَا مِّنْ رَّبِّ رَحِیْمٍ** . بار بار۔ (سورۃ یسین، آیت نمبر 58)

(6) (دشمنوں سے بچاؤ اور کینسر کے لیے) **لَقُلْنَا بِنَاؤُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَسَلَامًا عَلٰی اٰیْرَہِمِمْ** (سورۃ انبیاء، آیت نمبر 69)

(7) (ہر حاجت اور طلب کے لیے) **(اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ یَا اللّٰہُ یا رَحْمٰنُ) (اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ یَا اللّٰہُ یا رَحِیْمُ)** بار بار۔

(سورۃ المخرج، آیت نمبر 5,6)

**بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ :-** پڑھ کر ہاتھوں پر پھونک ماریں، پانی پر بھی تین بار پھونک ماریں۔ جس جس گھر میں رہتے ہیں اس کی طرف خیر و برکت کے لیے تین پھونکیں ماریں اور کاروبار کے لیے دوکان یا کارخانہ یا ملازمت والی جگہ کی طرف تین پھونکیں ماریں۔ دم کیجیے ہوئے پانی سے تھوڑا پانی لیں گھر کی چھت پر چاروں کونوں میں پانی ڈالیں۔ آسانی بلائیں دور ہو جائیں گی، گھر کی دیواروں پر دم کیا ہو اپنی چیز کا نہیں۔ تو گھر کے اندر تعویذ دھاگہ، نحوست، کالا جادو ختم ہو جائے گا، انشاء اللہ۔ باقی پانی پینے کے لیے ہے۔ اس سے جسمانی شفاء اور روحانی علاج ہو جائے گا۔ طلباء و طالبات تعلیمی کامیابی کے لیے **يَا فَتَّاحُ** **يَا عَزِیْزُ** **يَا حَکِیْمُ** کا وظیفہ کیا کریں۔

**پتھری اور میرا آسان آزمودہ ٹوکہ**

(عبدالغفور کنول۔۔۔ فورٹ عباس ضلع بہاول نگر)

حکیم محمد طارق محمود صاحب السلام علیکم!

آج میں جو نسخہ ماہنامہ عبقری کے قارئین کے لیے لکھ رہا ہوں وہ نام صرف میں نے اپنے بھائی بلکہ گاؤں کے متعدد لوگوں پر آزما چکا ہوں۔ اس سے لوگوں کو بہت زیادہ فائدہ ہوا ہے۔ اصل میں یہ پتھری کا نسخہ ہے۔ آج کل لوگ ہزاروں کی دوائیاں کھاتے ہیں لیکن فائدہ بالکل نہیں ہوتا۔ بعض دفعہ تو ڈاکٹر فوراً آپریشن کا مشورہ دیتے ہیں اور پیچارے لوگوں کو مجبوراً کرانا پڑتا ہے۔ لیکن بات پھر کچھ عرصے کے بعد ویسی کی ویسی ہی رہتی ہے۔ میرے بھائی کے مٹانے میں پتھری تھی (جس کا نام عبدالغفار طاہر ہے) درد اتنا شدید تھا کہ سہنا مشکل تھا۔ ہم نے بڑی دوائیاں لیں حتیٰ کہ فورٹ عباس تو کیا لاہور شہر سے بھی دوائی منگوائی لیکن کچھ فرق نہیں پڑا (اب آپ سوچتے ہوں گے کہ مجھے کیسے معلوم کہ مٹانے میں پتھری ہی تھی۔ اس بات کا جواب یہ ہے کہ ہم نے ڈاکٹر خالد اور شاہد دونوں سے الٹرا سائونڈ کرائے ایک نے لمبی پتھری بتائی تو دوسرے نے گول لیکن ان الٹرا سائونڈز سے یہ بات ثابت ضرور ہو گئی کہ پتھری ہے ضرور، لمبی ہو یا گول۔ ایک دن ہمارے ماموں حاجی مشتاق آئے اور انہوں نے بتایا کہ ایک کلو لیmons (Lemons) لے لیں اور ان کا پانی نکال لیں۔ آپ 6 یا سات کوڑیاں (پنسا سے لیکر) اس میں ڈال دیں۔ اس پانی کو جس بوتل میں ڈالیں اس کو دو تین گھنٹے ہلاتے رہیں۔ تاکہ وہ کوڑیاں (سیبیاں) پانی میں حل ہو

جائیں۔ اس کام کو مکمل ہوتے دو یا تین دن لگیں گے۔ یہ بات یاد رکھنا کہ ڈھکن کو کھلا رکھنا ہے تاکہ گیس کا اخراج ہو سکے۔ جب کوڑیاں قریباً حل ہو جائیں تو اس پانی کو اچھی طرح بخار لیں اب آپ جتنا آسانی سے پی سکتے ہیں اتنا لیوں کا پانی اور اتنا ہی سادہ پانی یعنی دونوں کو ملا کر پی لیں۔ آپ دیکھیں گے کہ جب پانی ختم ہوگا، ساتھ ہی انشاء اللہ پتھری بھی ختم ہو جائے گی۔ آپ کو پتا بھی نہیں چلے گا کہ پتھری کیسے نکل گئی۔ لیکن یہ یاد رکھنا کہ اگر لیmons سے پانی تھوڑا نکلے تو کوڑیاں بھی تھوڑی کر دی ہیں۔ یعنی کم کوڑیاں ڈالنی ہیں۔ اس بات کا پہلے تو ہمیں یقین نہیں آتا تھا۔ لیکن چونکہ ہم ہر طرف سے لاچار تھے اس لیے ہم نے اس نسخہ کو تجربہ کے طور استعمال کیا۔ پانی پینے کے ایک دن بعد بھائی نے دو بار الٹرا سائونڈ کرایا تو ڈاکٹر کی رپورٹ کے مطابق پتھری کا نام بھی نہیں تھا (اس پانی کو صبح شام دو وقت اور ضرورت پڑنے پر تین وقت بھی استعمال کر سکتے ہیں) پتھری چاہے گردوں میں ہو یا مٹانے میں، یہ نسخہ بہترین علاج ہے۔ میں آپ کو ان لوگوں کے نام نہیں گنوا سکتا جن کو ہم نے پھر یہ نسخہ بتایا اور انہوں نے ہمیں بالکل ٹھیک ہونے کا یقین دلایا۔ مجھے امید ہے آپ اس نسخہ کو میرے نام کے ساتھ ضرور ماہنامہ عبقری شائع کریں گے۔ والسلام۔

**دفع چنبل**

(مرسلہ: عطاء الرحمن۔۔۔ از خانوئل)

(1) لال کیلا ایک چھناک (2) مردار سنگ ایک چھناک۔ ان دونوں کا سفوف بنا کر اس میں مکھن ملائیں، چنبل والی جگہ پر لگائیں، چند روز کے استعمال سے چنبل کا نور ہو جائے گی۔

**ٹھنڈی مراد (ہر موسم میں مفید اور یکساں)**

گرمی کی جلن سوزش جب جسم میں بڑھ جاتی ہے تو پھر سانس کا پھولنا، سر چکرانا، ہاتھ پاؤں میں جلن اور پیش مندی خشکی، آنکھوں کے سامنے اندھیرا، دل ڈوب جانا، بھوک ختم، چہرہ کا رنگ سیاہ ہو جانا اور حلقے پڑ جانا، قبض، ہالی بلڈ پریشر، نیند میں بے چینی اور کمی، چوکھٹا، سونے کے بعد بھی جسم ٹوٹا ٹوٹا رہتا۔ حتیٰ کہ نوجوانوں میں قطرے، جریان، احتلام وغیرہ۔ عورتوں میں لیکور اور دیگر امراض، ان تمام کے لیے ٹھنڈی مراد صدیوں سے آزمودہ دوا ہے۔ کچھ عرصہ مستقل استعمال کرنا ہمیشہ کے لیے فائدہ مند ہے۔ 1/2 سے ایک چھوٹا پیچ دودھ کی کمی کے ہمراہ دن میں 3 سے 5 بار۔

فی ڈبلیو۔ 100 روپے علاوہ ڈاک خرچ

# آپ کا خواب اور تعبیر

## دادی مرحومہ خوش ہیں

(شاذیہ۔۔۔ رانی پور)

**خواب:** میں اپنے خواب میں اکثر دیکھتی ہوں کہ میری دادی سفید ساڑھی پہن کر نیم کے درخت کے نیچے بیٹھی ہیں ان کے پاس پان دان بھی رکھا ہے۔ پان بھی کھا رہی ہیں اور بہت ساری عورتیں ان کے گرد بیٹھی ہوئی ہیں۔ میں جب اپنی دادی کو دیکھتی ہوں تو حیران ہوتی ہوں دادی مجھے بلاتی بھی ہیں اور میں ان کے قریب جانے سے ڈر رہی ہوں۔ میں بھانگی ہوں۔ میری دادی میرا نام لے کر بلاتی ہیں۔ پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

**تعبیر:** آپ کے خواب کے مطابق آپ کی دادی صاحبہ کی مغفرت ہو چکی ہے اور وہ وہاں خوش ہیں اور آپ کی طرف روحانی توجہ ہے جس سے آپ کو نفع پہنچے گا۔ واللہ اعلم

## دشمنوں میں ناکامی

(مفرد حیدر۔۔۔ پنڈی)

**خواب:** میں نے دیکھا کہ میں گھر سے یہ ارادہ کر کے نکلا کہ پارک جا رہا ہوں (جو ہمارے گھر سے کچھ فاصلہ پر ہی ہے) جب میں وہاں پہنچا تو پارک کا نقشہ بھی بدلا ہوا ہے اور وہاں پر ہر طرف کتوں کے جسم کے ٹکڑے بکھرے پڑے ہیں۔ کسی طرف سر پڑے ہیں میں ان کے اوپر سے ہوتا ہوا جب آگے پہنچتا ہوں تو وہاں ایک زیارت ہے (جو صرف خواب میں تھی ورنہ وہاں کوئی زیارت وغیرہ نہیں) جہاں ہمارے باقی گھروالے بھی موجود ہیں۔ وہاں سے دعا وغیرہ کر کے نکلتے ہیں تو سب گھروالے گھبراہٹ میں ہیں لیکن میں ان سب کو ٹکڑوں سے گزار کر باہر لے آتا ہوں، پھر میری آنکھ کھل گئی۔

**تعبیر:** آپ کا یہ خواب آپ کے حق میں اس اعتبار سے اچھا ہے کہ آپ کے دشمن ناکام ہوں گے اور ان کو رسوائی ہو گی۔ نیز ان دشمنوں کے شر سے آپ کا خاندان آپ کی وجہ سے محفوظ رہے گا اور امن و عافیت نصیب ہوگی۔ آپ حسب توفیق صدقہ بھی دے دیں اور ایک ہزار کلمہ شریف پڑھ کر تمام انبیاء اور اولیاء عظام کو اس کا ثواب بخش دیں۔ واللہ اعلم۔

## دین میں کوتاہی

(رن۔۔۔۔۔ انک)

**خواب:** میری امی عموما خواب میں کبھی اپنی والدہ مرحومہ کو

دیکھتی ہیں، کبھی میری مرحوم چچی کو دیکھتی ہیں، کبھی قبرستان دیکھتی ہیں۔ اس کی وجہ سے وہ بہت پریشان رہتی ہیں۔

**تعبیر:** آپ کی والدہ صاحبہ غالباً ان مرحومین کے حق میں ایصالِ ثواب کرنے میں کوتاہی کرتی ہیں یا ان کی دوستی ایسی عورتوں سے ہے جو بے دین اور جاہل ہیں۔ جن کی صحبت سے ان پر بھی برا اثر پڑ رہا ہے اس لیے انہیں چاہیے کہ وہ اپنے دین کی فکر کریں اور ایسے لوگوں سے اجتناب کریں۔ فقط واللہ اعلم

## شہرت یافتہ انسان

(رشید بلوچ۔۔۔ کوئٹہ)

**خواب:** دیکھا کہ میں اپنی امی کے ساتھ کہیں جا رہی ہوں۔ کچھ اور لوگ بھی ہمارے ساتھ ہیں۔ شام ہو گئی ہے کہ میری نظر آسمان پر جاتی ہے۔ جہاں پر چاند چمک رہا ہوتا ہے۔ چاند کا رنگ آتش مائل ہوتا ہے، چاند پورا ہوتا ہے۔ خوبصورت خطاطی سے ایک آیت لکھی ہوئی ہے۔

المسلمون واللہ رحمت اللعالمین۔ میں جا کر امی کو بتاتی ہوں جو کہ سوئی ہوئی ہوتی ہیں۔ تو امی کہتی ہیں کہ ہاں بیٹا ایسی چیزیں نیک لوگوں کو ہی نظر آتی ہیں اور پھر میں بہت خاموش ہو کر چاند کو تنکے لگتی ہوں اور میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

**تعبیر:** انشاء اللہ آپ کا شوہر جس کے بارے میں آپ نے استخارہ کیا ہے ایک اچھا اور شہرت یافتہ انسان ہوگا جس پر آپ کو بھی فخر ہوگا اور اللہ کی خاص رحمت آپ دونوں کے شام حال رہے گی۔ واللہ اعلم۔

## اللہ کی رحمت

(توقیر۔۔۔ کراچی)

**خواب:** میں نے دیکھا کہ محن میں ایک کیاری ہے اس میں چھوٹے بڑے پودے لگے ہیں۔ پھر میں نے سنا کہ اس میں ایک چھوٹا پودا ہے اس کے پتے پر پھول کھلے گا۔ جب پھول کھل جائے گا تو اعلان ہوگا اور سب دیکھنے آئیں گے۔ میں کیاری کے پاس گئی ایک پودا جس میں پانچ چھ پتے لگے تھے ایک پتہ اٹھا کر دیکھا تو اس میں نارنجی رنگ کے ایک پھول کی شبیہ بنی تھی بالکل جیسے نقشہ بنا ہوتا ہے۔ اتنے میں ایک پڑون آئیں، کہنے لگیں خالہ جان پتہ مجھے بھی دیکھا دیں میں نے کہا نہیں جب پھول کھلے گا، اعلان ہوگا سب دیکھنے آئیں

گئے، آپ بھی دیکھ لیں اتنے میں میری آنکھ کھل گئی۔

**تعبیر:** آپ کے خواب کے مطابق اللہ رب العزت آپ کو گناہوں سے توبہ کی توفیق عطا کریں گے اور آپ کی نیکیاں اللہ کے ہاں مقبول ہوں گی۔ باقی جو بزرگ فوت ہوئے ہیں ان میں سے بعض کی گناہوں سے توبہ میں کوتاہی ہو گئی ہے۔ ان کی طرف سے بھی ان کے گناہوں کا استغفار کر لیں اور انہیں ایصالِ ثواب کریں تاکہ ان کو نفع پہنچے۔ واللہ اعلم

## مطلوبہ رشتہ

(ناصرہ۔۔۔ سیالکوٹ)

**خواب:** میں نے دیکھا کہ میں اور امی بیٹھے ہیں۔ میرا کزن آتا ہے اس کے ہاتھ میں اس آدمی کا رومال ہوتا ہے جس سے میں شادی کرنا چاہتی ہوں۔ میرا کزن امی کو رومال دیتا ہے اور کہتا ہے اسے دھو دو۔ میری امی رومال لیکر مجھے دیتی ہیں اور کہتی ہیں دھو دو۔ میں رومال دھو کر اس کا ربن سیتی ہوں جس طرح لڑکیاں ربن باندھتی ہیں۔ اس طرح میں بالوں میں باندھ لیتی ہوں۔ جب میرا کزن رومال مانگتا ہے تو میں اسے اپنے ابو کا رومال دے دیتی ہوں۔

**تعبیر:** آپ کا آپ کا مطلوبہ رشتہ ملے گا اور آپ کی ازدواجی زندگی بہت خوشحال ہوگی اگر چہ اس میں رکاوٹ پیش آئے گی۔ خصوصاً آپ کے کزن کی طرف سے مگر آپ کی حکمت و دانائی سے بڑے بزرگ رضا مند ہو جائیں گے۔ واللہ اعلم۔

## جائز دلی مراد

(غلام رسول۔۔۔ فیصل آباد)

**خواب:** میں نے دیکھا کہ نماز پڑھنے کے بعد امام صاحب دعا مانگ رہے ہیں وہ رورہے ہیں انکے ساتھ میں بھی بہت رورہ کر دعا مانگ رہا ہوں اس کے بعد آنکھ کھل جاتی ہے۔

**تعبیر:** آپ کا خواب بہت مبارک ہے اور آپ کی جائز دلی مراد پوری ہونے کی بشارت ہے۔ بشرطیکہ آپ کے دل سے اس مقصد کے حصول کی کوشش کریں۔ خصوصاً اللہ رب العزت کی مدد و نصرت کا سوال بھی کرتے رہیں۔ انشاء اللہ اس عظیم ذات کے سامنے کوئی شے ”انہونی“ نہیں۔ واللہ اعلم

## مجدوبی مرکز روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر مشکل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس مسنون ذکر خاص مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ جس میں درود از سر مرد خواہن بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسم اعظم اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں۔ اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات، الجھنوں اور پریشانوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعائیں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں

نائب لی بی..... کراچی..... محمد علی..... کوئٹہ..... کشور تہمید..... لیہ..... زہرہ بتول..... ملتان..... شکیلہ نور..... فیصل آباد..... اعجاز احمد..... کراچی..... شیخ طیب..... سبھوات..... سلیم ریحان..... کراچی..... عمران ہاشمی..... نواب شاہ..... منیرہ حیدر..... کراچی..... سہلی حمید..... لاڑکانہ..... شاد رضی..... کراچی سید منظور علی.....

پشاور..... عائشہ امین..... سکھر..... ذبیر عالم..... ملتان..... رضیہ اکبر..... کوٹ ادو..... سلیم حیدر..... جہلم انجم ظہور..... جیکب آباد..... فارحہ انیس..... لاہور..... عامر فاروقی..... ڈی جی کوٹ..... سرفرا حسین..... سبھوات..... راشدہ اقبال..... اسلام آباد..... عارضہ سعید..... سیالکوٹ..... محمد اسماعیل..... صادق آباد..... ابراہیم حسن..... ساکنگر..... سمیعہ غنی..... گوجرانوالہ..... محمد رمضان..... کہوڑہ راولپنڈی..... حافظ محمد حسین رضوی..... فتح جنگ..... عامر..... سرگودھا..... طارق حسین بھٹی..... وہاڑی..... عبدالجید..... ٹوبہ ٹیک سنگھ..... محمد عبید اللہ..... جھنگ..... صبیحہ..... ملیسی..... محمد علی صدیقی..... ڈیرہ بگٹی محمد نصیر..... کوئٹہ..... ام عمارہ نور فاطمہ..... سوات..... محمد یامین خان عزیز..... فیصل آباد..... فیضان الحق..... شانگلہ سرحد..... عائشہ..... ہارون آباد..... حمیرا گل..... فیصل آباد..... اش..... پنڈی محمد اشرف..... لاہور..... محمد ساجد..... ڈیرہ اسماعیل خان..... محمد افضل..... ننکانہ صاحب..... محمد وقاص اسلم..... ڈیرہ غازی خان..... محمد فاروق..... گلگت..... ایک مریضہ..... شمالی علاقہ جات شیر فاروقی..... نواب شاہ..... حمیدہ بانو..... چکوال..... علی..... سکھر شیخ اللہ بخش..... بہاولپور..... محمد آصف..... احمد پور شرقیہ..... محمد ساجد نقشبندی..... بہاولنگر..... محمد اصغر سراج..... لاہور..... نذیر..... مظفر گڑھ..... نورین..... ساہیوال..... صفراں بی بی..... انک

## (بقیہ نئی نسل کے سکتے اور اچھے مسائل)

(9) جسم کمزور اور چہرے کا رنگ زرد ہوتا جاتا ہے۔ (10) پنڈلیاں بالکل بے جان ہو جاتی ہیں، پنڈلیوں میں درد بھی ہوتا ہے (11) احساس کتری پریشان رکھتی ہے (12) کلاس میں استاد سوال پوچھ بیٹھے تو کھڑا ہوتے ہی دل پر گھبراہٹ طاری ہو جاتی ہے۔ ہاتھوں اور پاؤں سے پسینہ پھوٹ آتا ہے۔ زبان بند ہو جاتی ہے اور ٹپ سی آنے لگتی ہے۔ جواب یاد ہوتا ہے مگر ذہن سے نکل جاتا ہے۔ دو چار آدمیوں کی موجودگی میں منہ سے آواز نہیں نکلتی۔ بول تو زبان بھلائی ہے۔ (13) آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا ہے (14) آنکھوں کے سامنے تارے ناچنے لگتے ہیں (15) کسی سے بات کرنے کو طبیعت نہیں چاہتی۔ کوئی بات یاد نہیں رہتی۔ حافظہ کمزور ہو جاتا ہے۔ رونے کو بھی چاہتا ہے۔ یہ تمام علاماتیں لڑکوں اور لڑکیوں کی یکساں ہیں۔ لڑکیوں نے اپنے خطوط میں یہ اضافہ کیا ہے کہ مردوں سے نفرت ہے۔ والدین شادی کی بات کرتے ہیں تو دماغ پر گھبراہٹ اور دل میں نفرت پیدا ہونے لگتی ہے۔ ان میں سے بعض نو نیاہوں نے کتابوں اور فلسفے میں چاہنا ہی ہے مگر وہاں بھی انہیں معمول کا سامنا ہوتا ہے۔ ان میں کچھ ایسے بھی ہیں جنہوں نے اساتذہ قسم کے شاعروں کے اشعار کو فلسفہ حیات سمجھ لیا ہے۔

مثلاً غالب کا یہ شعر

قیہ حیات و بدنگ اصل میں دونوں ایک ہیں  
موت سے پہلے آدمی تم سے نجات پائے کیوں

فلسفہ حیات اور فلمی گیت: ایسے نوجوانوں کی تعداد بھی کم نہیں جو فلمی گیتوں کو فلسفہ حیات سمجھ بیٹھے ہیں۔ ان میں بہت سے ایسے ہیں جو لکھتے ہیں۔ "اگر غم ہی اصل زندگی ہے تو مجھے کاغذ پر کیا لکھوں؟ میں کسی کو ہنسنے دیکھتا ہوں تو اس پر غصہ آتا ہے اور میں اسے جاہل سمجھتا ہوں۔ میں زندہ رہ کر کوئی بڑا کام کرنا چاہتا ہوں یا بڑا نام پیدا کرنا چاہتا ہوں مگر زندگی اتنی بے مقصد کیوں نظر آتی ہے کہ مر جانے کو بھی چاہتا ہے، دماغ سوچ سوچ کر کھٹک گیا ہے اور دل پر ایک بوج یا خوف سا رہتا ہے جسے میں ابھی طرح بیان نہیں کر سکتا۔ خدا کے واسطے مجھے رست دکھائیں" یہ نوجوان حقائق اور فلسفے کے درمیان جو تار کئی ہے اس میں بھٹک گئے ہیں۔ ہم اس رجحان کی وضاحت اور علاج آگے چل کر بیان کریں گے۔ ان میں سے کئی ایک نوجوان یہاں تک لگے ڈالے ہیں کہ اگر آپ نے میرا علاج نہ کیا تو کیا تو کسی خودکشی کروں گا۔" جب یہ زندگی ہی بے مقصد ہے تو میں جی کے کیا کروں گا۔"

یہ ایک ایسا خطرہ ہے جس نے ہمیں مجبور کر دیا ہے کہ ہم اصل بات کل کر بیان کر دیں۔ نوجوانوں کے منہ بجا بلا "مرض" کی اصل تشخیص سے باخبر ہوتے ہوئے بھی ہم اس اہم مسئلہ کو "ماہنامہ عبقری" کے صفحات پر لانے سے گریز کرتے رہے کیونکہ موضوع کا براہ راست تعلق جنسیات سے ہے۔ موضوع کی نزاکت اور عریانی کے خدشے کے پیش نظر ہم پر حجاب سا طاری رہا۔ بہت سوچ بچار کے بعد ہم اس نتیجے پر پہنچے کہ والدین اور بچوں کے درمیان یہی حجاب حائل رہا ہے جس نے بچوں کو جوانی کی دہلیز پر آکر نفسیاتی خلفشار اور جسمانی الجھنوں میں مبتلا کر دیا ہے۔

## عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ پشاور: اعلیٰ نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ راولپنڈی: سکسٹھ نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ لاہور: شفیق نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 0524-588189۔ سیالکوٹ: ملک انڈسٹریز، 042-7236688۔ ملتان: اشج نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ رحیم یار خان: مات علی انڈسٹریز، 068-5872626۔ جالندھر: طاہر شفیق مارکیٹ۔ علی پور: ملک نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 0333-7874484۔ ڈیرہ غازی خان: عمران نوزائیکی، 064-2017622۔ جھنگ: حافظہ اسلام صاحب، 0334-6307057۔ رحیم یار خان: 062-2449565۔ بہاولپور: 0333-6954044۔ کھوکھڑا صاحب، حدیف اسلامی کینٹ ہاؤس۔ مظفر گڑھ: نور نوزائیکی، 066-2413121۔ گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ چشتیاں: حافظہ طاہر، اکبر ہاؤس 0632-508841۔ شوروکھٹ کینٹ: عدنان اکرم صاحب، 0333-7685578۔ بہاولپور: شیخ اقبال صاحب، میمن نوزائیکی، 0300-9688351۔ پورہوالہ: سید شیخ احمد شہید قعیل، دلی علی، 0300-7591190۔ وہاڑی: قادری نوزائیکی، صبیحہ موز، 0333-6005921۔ جھنگ: شیخ ناصر صاحب نوزائیکی، 0301-6799177۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ: مانی محمد حسین جگ نوزائیکی، 0462-511845۔ وزیر آباد: شاہ نوزائیکی، 0345-6892851۔ ڈسکہ: نایاب نوزائیکی، 0300-8430315۔ حیدر آباد: محبوب نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ سکھر: اشج نوزائیکی، بہار مرکز، 071-5613548۔ کوئٹہ: غم نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805۔ انک: ضم پشاور سنٹر، ضلع انک، 0301-5514113۔ سیکی: انک، 0333-7812805۔ راولپنڈی: 071-5613548۔ خان پور: چوہدری فقیر محمد صاحب، انک، 068-5572654۔ واہ کینٹ: حبیب لاہوری، ایک ایک اپاریات، علی چوک، 0514-543384۔ فیصل آباد: ملک کاشف صاحب، نوزائیکی اخبار مارکیٹ، 0300-6688022۔ صادق آباد: عامر صاحب، چوہدری نوزائیکی، 068-5705624۔ گوجرانوالہ: عطار الرحمن، مکہ میڈیکل سنٹر، سول اسپتال، قادیان، 0554-710430۔ سکھر: ممتاز احمد، نوزائیکی، چٹھی چوک، 0300-7781693۔ کوٹ ادو: عبدالملک صاحب، اسلامی نوزائیکی، 0333-6008515۔ منڈی بہاؤ الدین: آصف بیگ، نوزائیکی، 0456-504847۔ احمد پور شرقیہ: بخاری نوزائیکی، 0302-8674075۔ بنوں: امیر احمد جان، 0333-9748847۔ ناروال: محمد اشفاق صاحب، ہاؤس نوزائیکی، ضلع جہلم، چوک ظفرالہ، گلگت، ناٹھ نوزائیکی، ہند مارکیٹ، شمالی علاقہ جات، جادو اقبال، سیلپ لائن نوزائیکی، مین روڈ، گٹھ، نذر شالی علاقہ جات۔ ہنزہ: نوزائیکی، علی آباد، ہنزہ، سکسٹھ دو سو، سکس سنٹر، ملک روڈ، سکسٹھ دو سو، نوزائیکی، جہان آباد، سکسٹھ دو سو، جہان آباد، سکسٹھ دو سو، 0300-6422516۔ گوجرانوالہ: نور نوزائیکی، 306-7604603۔

## دس چیزوں کے دس چیزوں پر اثرات

جھوٹ: رزق کو کماتا ہے۔ صدقہ: بلا کو کماتا ہے۔ غصہ: عمل کو کماتا ہے۔ سکھ: علم کو کماتا ہے۔ عدل: علم کو کماتا ہے۔ غم: عمر کو کماتا ہے۔ توبہ: سناہ کو کماتا ہے۔ غیبت: عمل کو کماتی ہے۔ چشمانی: سلامت کو کماتی ہے۔ نکی: بدی کو کماتی ہے۔ (مرسلہ: صوفی اقبال۔ سرائے عالمگیر، ضلع گجرات)

(بقیہ: نماز سے تیار شدہ چیزوں کے فائدے)

جب اس کی تہنیں ہو کانی بڑھ چکی ہوتی ہے۔ گو بسیدگی عظام کو بڑھانے کی بیماری سمجھا جاتا ہے۔ لیکن حقیقت یہ ہے کہ بڑی کی مچھانی پختہ سال کی عمر میں اپنی انتہا کو پہنچ کر ٹھنڈا شروع ہو جاتی ہے۔ اگر اس عمر میں مچھانی بہت اچھی ہو تو آئندہ چل کر اس کا فائدہ ہوتا ہے، لہذا ماہرین کے خیال میں نماز کا استعمال عمر کے ہر حصے میں جاری رہنا چاہیے۔

کینڈا کے سائنس دان اب یہ دیکھنا چاہتے ہیں کہ اگر نماز کے ست سے گولیاں تیار کی جائیں تو بسیدگی عظام کے مریضوں پر ان کا کیا اثر ہوگا۔ ابھی تک وہ جس نتیجے پر پہنچے ہیں وہ یہ ہے کہ اگر روزانہ نماز کا آٹھ اونٹن عرق پیاجائے یا ڈیڑھ سو گرام پاستا ساس کھایا جائے یا لائی کوچین کی ایک گولی کھائی جائے تو جسم میں لائی کوچین کی مقدار مناسب سطح پر رہتی ہے۔ ان ماہرین کا خیال ہے کہ اکثر لوگوں کو غذا سے صحیح مقدار میں لائی کوچین حاصل نہیں ہوتی ہے۔ یہ بات کچھ عجیب سی ہے کہ ہمارا جسم تازہ نماز سے اتنی لائی کوچین نہیں جذب کر پاتا جتنا کہ نماز کے پاستا ساس یا کچپ سے۔ مطلب یہ ہے کہ تازہ نماز کی نسبت کچے ہوئے یا پرسیدہ نماز سے جسم کو زیادہ لائی کوچین ملتی ہے۔

کچھ عرصہ پہلے غدہ مثانہ کے سرطان پر نماز سے تیار شدہ کے اثرات کے بارے میں جو تحقیق ہوئی تھی، اس میں یہ نتیجہ نکالا گیا تھا کہ اگر نماز کا کچپ یا ساس بنتے میں دو بار کھائی جائے تو مردوں میں غدہ مثانہ کے سرطان کا خطرہ ایک تہائی کم ہو سکتا ہے۔ امریکا کے ایک غذائی ماہر نے بارہ سال پر محیط ایک تحقیقی مطالعے کی بنیاد پر یہ بات کہی کہ نماز کا کچپ لائی کوچین کے حصول کا بہت اچھا ذریعہ ہے۔ اس کی تیاری کا عمل اس طرح ہوتا ہے کہ یہ نماز سے زیادہ سے زیادہ لائی کوچین جذب کر لیتا ہے۔ گو صدف مائی ہر روز اور گلابی چکوترے میں بھی لائی کوچین پایا جاتا ہے، لیکن نماز اس کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے۔

(بقیہ: تاریخ کے آئینے میں)

کہ میں نے ایک مرتبہ حضرت یوسفؑ کو خواب میں دیکھا اور ان سے درخواست کی کہ مجھ کو خواب کی تعبیر سکھا دیجئے۔ انہوں نے فرمایا ”اپنا منہ کھولو“ میں نے تعجب ارشاد میں منہ کھولا تو آپ نے اس میں اپنا لعاب دہن ڈال دیا، اس واقعے کے بعد سے میں خواب کی تعبیر بیان کرنے لگا۔“

(بقیہ: فقر بعض دفعہ کفر میں ڈھلنے کے قریب لے جاتا ہے)

خود پر قابو پاتا ہے۔ یعنی مبرا کرتا ہے۔ فتح مکہ کے بعد حضور ﷺ نے اپنے خون کے پیاسوں کو بھی معاف کر دیا۔ مصیبت کے وقت اللہ تعالیٰ کی رحمت پر یقین رکھتے ہوئے عزم و ہمت کے ساتھ تحمل کرنا چاہئے۔ اللہ کا مہمانی کی صورت دکھائے گا۔ ہادی اسلام کو اس سلسلہ میں بارگاہ الہی سے جو ہدایت ارشاد دہوئی وہ امت کے لیے چراغ راہ ہے۔ ”اور اپنے رب کے فیصلے کا انتظار کے ساتھ انتظار کریں۔ کہ ہماری آنکھیں آپ کی پاسپان ہیں۔“ دنیا کی ہر تکلیف گناہ کی آلائش کو دھوتی ہے۔ ہر دشواری ہر بلا مردانہ کار کے لیے دعوت عمل اور وسیلہ قرب الہی ہے۔ یہی ان کے مبرا کے جو ہر کھلتے ہیں۔ اور دنیا و آخرت میں سرخرو ہوتے ہیں۔ حضرت ابراہیمؑ کے پاس اللہ تعالیٰ کی طرف سے وحی نازل ہوئی کہ مجھے شکستہ دل بندوں کے پاس تلاش کرو۔ انہوں نے پوچھا۔ یا اللہ! وہ کون لوگ ہیں۔ جواب ملا ”صابر و فقراء۔“ بے شک مبرا کا اجر بے شمار ہے۔ بشرات ربانی ہے۔ ”مبرا کرنے والوں کو ان کا اجر بغیر حساب کے ملتا ہے۔“

(بقیہ: ویران محنت اجڑا چہرہ اور تندرستی کی کرن)

لوہے کی دکان کے مالک ایک شیخ صاحب یہ دوائی کئی سالوں سے مسلسل لے جا رہے تھے۔ میں نے کہا آپ کے بواسیر کے مریض ابھی تک تندرست نہیں ہوئے۔ پس کر کہنے لگے۔ حاجی صاحب آپ کو پتہ ہی نہیں اس دوائی کے اور بہت سے فائدے ہیں۔ پچاس ٹینس کے مایوس مریضوں کو دیتا ہوں۔ مجھ سے دو مہینے یا اس سے زیادہ اور بعض اس سے بھی کم عرصے میں تندرست ہوتے دیکھے ہیں۔ جوڑوں کے درد کے پرانے سے پرانے مریض جن کے جسم کا کوئی بھی حصہ حرکت نہیں کر سکتا تھا۔ وہ تندرست ہوئے۔ عام اعصابی کمزوری، جسمانی کمزوری، بچوں کا کچھلاؤ، تھکان، عورتوں اور مردوں کے کمر کا درد، مہروں اور ڈسک کے مسائل حیرت انگیز طور پر بہتر ہوئے۔ بلکہ عجیب بات یہ ہے کہ مریضوں کے دل کے والوں کو مل گئے اور رکن کر میں نے اب تک 63 مریضوں کو یہ دوا دی ہے۔ جو آزاد دینی زندگی سے باہل غیر مطمئن اور مایوس تھے ان میں جوان، بڑے بوڑھے تک شامل ہیں۔ خواہ میں ان ایام کی بے قاعدگی، موٹاپا اور نیکوریا کے امراض کے لیے یہ نسخہ بہت مفید ہے۔ مردوں میں اولاد کے جراثیموں کی تک کو درد کرتا ہے۔ شیخ صاحب ایک ہی سانس میں یہ ساری بات کہہ گئے اور میں حیرت سے ان کا منہ کھلتا رہ گیا کہ میرے پاس اتنا قیمتی نسخہ ہے اور مجھے اس کی قدر دانی نہیں۔ ایک رینار حوالدار سے میں نے سوال کیا کہ آپ بہت عرصے سے یہ دوائی لے جاتے ہیں۔ آخر کیا کرتے ہیں؟ کہنے لگے میں گزشتہ سات سال سے وقتی وقتی یہ دوا لے جاتا ہوں۔ بے اولاد جوڑے مرد بھی اور عورت بھی پانچ ماہ یہ کھالیں تو انشاء اللہ شرطہ پیدا ہوتا ہے۔ جوڑوں کے درد، اعصابی کمزوری، بالوں کی سفیدی، دائمی نزلہ اور زکام سینکڑوں چھینکوں کا روز آتا، معدے کی گیس اور ملین، تیز اسیت، دائمی قیص اور آنتوں کی دشمنی، ان سب کے لیے ایک چھوٹا سا کچھلاؤ گرم دودھ یا پانی کے ساتھ صبح و شام دیتا ہوں۔ ایک مریض دوسرے مریض لاتا ہے۔ آپ لوگوں سے اپنے سینے کے راز نہیں چھپاتے لہذا آج میں اتنا لمبا سفر کر کے محض آپ کو یہ نسخہ بتانے آیا ہوں۔ قارئین حاجی صاحب نے جو سینے کا راز ڈرتے ڈرتے اور چھپتے چھپتے مجھے بتایا ہے وہ آپ کی نظر کرتا ہوں۔ اس کے مزید فوائد اور نتائج مجھے بتانا نہ بھولے گا۔

(بقیہ: بصیحت کی باتیں بچوں کی زبانی)

پھر اس کے بعد حضرت حسینؑ نے اچھی طرح وضو کیا۔ پھر دونوں بھائی ان بزرگ کی طرف متوجہ ہوئے اور پوچھا۔ بزرگوار! آپ بتائیں کہ ہم دونوں میں سے کون ٹھیک وضو کرتا ہے؟ بابا جی بھی سمجھدار تھے بچوں کا اندازہ سمجھ گئے اور بولے امیرے بچو! آپ دونوں کا وضو ٹھیک ہے، میرا ہی غلط ہے۔ آپ دونوں کے وضو کو دیکھ کر میری بھی اصلاح ہو گئی ہے اور ان بزرگ نے دونوں بھائیوں کو بہت دعائیں دیں۔ اس طرح حضور ﷺ کے پیارے نواسوں نے حکمت و دانائی کے ساتھ اصلاح بھی کر دی اور ان کی دل نشینی بھی نہ ہوئی۔ ہمیں بھی چاہیے کہ پیار اور محبت کے ساتھ دوسروں کی اصلاح کریں اور بڑوں کی بے ادبی نہ کریں کیوں کہ:

بادب بالفیص بادب بالفیص

(بقیہ: حافظ قرآن کی توبہ و استغفار)

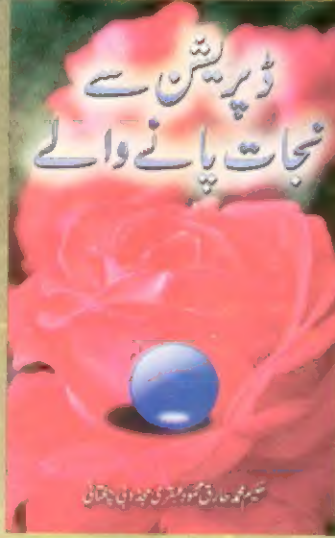
میں نے غلط کیا تو غلط ہوا، اچھا کیا تو اچھا ہوا 2003ء میں سرگودھا گیا تو حافظ صاحب سے ملا۔ وہ اپنے نئے مکان میں رہتا ہے۔ جو اس نے ذاتی خریدا۔ وہ اپنے بچوں کے ساتھ خوش رہ رہا ہے۔ میرے ملنے پر بہت خوش ہوا۔ اور کہا کہ بابا جی حافظ گمراہ ہو گیا تھا، دنیا واری میں پڑ گیا تھا مگر جب توبہ استغفار اور اور یا اللہ تبارک و تعالیٰ کا ورد کیا اور محنت کی اور نیت صاف کی تو اللہ نے قرض اتارا۔ اور سب کچھ واپس کر دیا۔ مگر بیوی کا بہت افسوس ہے۔ کھوئی عزت و بارہل گئی۔ وہی برادری ہے، جو ملنا پھرنے نہیں کرتی تھی اب آجکل سب سے میل جول ہے اور سب عزت کرتے ہیں۔ انسان کو مظلوم ہونا چاہیے کہ گمراہی کے بعد وہ اگر لوٹ آئے تو اللہ بہت رحم کرے گا۔ اپنوں کو چاہیے کہ برے وقت میں ساتھ دیں نہ کہ اسے چھوڑ دیں۔ اب میں حافظ کے ساتھ ساتھ حاجی بھی ہوں۔ اپنا گھر بار ہے اور بچے کمار ہے ہیں۔ اچھا وقت گزر رہا ہے مگر وہاں میں نہیں بھولتا۔ ایک بیوی اور دوسرا برے وقت میں اپنوں کا چھوڑ جاتا۔ بہر کیف توبہ استغفار میں بہت سکون ہے اور آج کل میں توبہ استغفار۔ یا اللہ تبارک و تعالیٰ کے علاوہ یہ بھی کہتا ہوں کہ اللہ عزت و سکون دے اور ہر مسلمان کو برائی سے بچا۔ یہ حافظ محمد حنیف کی کہانی، پھر بابا حاجی شمس الدین بولنے لگے محمد عثمان علی بیٹے یہ ماہنامہ مقبری مجھے بھی لکھواد۔ میں بھی اسے پڑھا کر دل گا۔ میں نے وعدہ کیا اور خدا حافظ کہا اور اپنے گھر کی طرف لوٹ آیا۔

(بقیہ: مکتا آپ کی صحت کا ضامن)

(18) بدن میں گلنیاں اور غدد دیں اور کانٹھیں ہوں تو بیلہ زرد تین ماہ ہمراہ ایک پائے گئے کارس پینے سے چند ہی روز میں یہ تمام بالکل ختم ہو جاتی ہیں (19) اگر دودھ پلانے والی عورتوں کو صبح و شام ایک پاؤ گئے کارس ہمراہ ایک چھٹانک کا ٹی ملا کر پلایا جائے تو دودھ بڑھ جاتا ہے (20) اگر پیشاب کی نالی میں زخم یا سوزاک ہو جائے تو ایک تول لہلہ کا چھٹا رات کو پاؤ گئے کے رس اور تین تول شہد میں ملا کر پینا مفید ہوتا ہے۔ بہتر ہے کہ آملہ کے چھلکے کرات کے دقت پانی میں بھگو کر صبح صرف پانی میں چھان کر ہمراہ گئے کارس اور شہد لیا جائے چند ہی روز کے استعمال سے پیشاب کی جلن اور سوزاک سے نجات مل جاتی ہے (21) مکتا دانتوں کے لیے بہترین ورزش کا کام دیتا ہے، جب اسے چوسا جاتا ہے تو دانت مضبوط ہوتے ہیں (22) گتے کو چوسنا زیادہ مفید ہے کیونکہ ایسا کرنے سے لعاب دہن شامل ہو جاتا ہے جو ہانے کے عمل کو تیز کرتا ہے (23) گتے کا رس معدے کی تیز اسیت کو دور کرتا ہے اور اس میں گتے کا رس تو انتہائی مفید ہے (24) یہ عرک باہ بھی ہوتا ہے (25) مکتا بھوک کم کرتا ہے (26) یہ پیٹ میں کیڑے پیدا کرتا ہے (27) گتے کے رس میں انار کا جوس ملا کر پلانے سے خون کے دست آئے فوراً بند ہو جاتے ہیں (28) اگر تکبیر جاری ہو جائے تو گتے کا رس سونگھنے سے فوراً بند ہو جاتی ہے (29) کھانے کے بعد گتے کو چوسنے سے کھانا اچھی طرح ہضم ہو جاتا ہے (30) گتے کا رس پینے سے خشک کھانسی تر کھانسی بن جاتی ہے (31) خون کی تے کو روکنے کے لیے اس کا جوس پینا انتہائی مفید ہوتا ہے (32) اس کی کھرت بالخصوص بوزھوں کے پیچھے ہونے کے لیے نقصان دہ ہوتی ہے۔



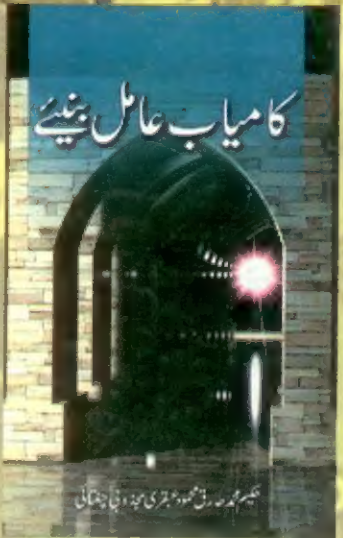
عالم انسانیت پریشان اضلال اور بے چینی میں مبتلا ہوا۔ پھر دنیا کے ماہرین کروڑوں ڈالر لگا کر اس مہم میں لگ گئے آخر اس ڈپریشن کا علاج کیا ہے؟ پھر تجربات پر تجربات ہوتے گئے، انسانوں اور جانوروں پر۔ جب نچوڑ نکلا تو پھر وہ آزمودہ تجربات پریشان لوگوں کو بتائے، کروائے اور آزمائے نہایت کامیاب نتائج سامنے



آئے۔ وہ سب نتائج اس کتاب میں سمودیے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سہری مجموعہ ہے جس سے آپ ڈپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوئے۔

(خرصورت ٹاکسل اور کاغذ قیمت 180 روپے، رعایتی قیمت 110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)

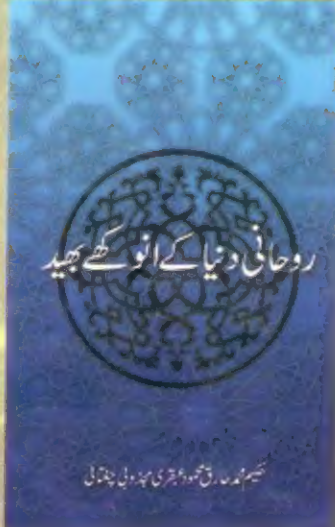
ایک عامل ہوتا ہے، ایک کامل، عامل کوئی کوئی کامل نہیں۔ ہاں آپ عامل کامل بن سکتے ہیں۔ عملیات کے راز اور رموز کا ایک اچھوتا مجموعہ جو ایسے بے شمار عاملوں کی زندگیوں کا نچوڑ ہے۔ وہ عامل کامل جو ساری زندگی جن وظائف کو کرتے رہے ایسے انوکھے طریق کار جس سے فوراً پتہ چل جائے کہ جادو کا اثر ہے یا جنات کی شرارت۔ پھر اس کا علاج کیسے ہو؟ ان تمام بیش قیمت تجربات کو پہلی دفعہ



جمع کر کے قارئین کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ ایسے لوگ جو سالہا سال سے کامیاب عامل بننا چاہتے ہیں لیکن کوئی کامل رہبر میسر نہیں آیا۔ یقین چاہیے یہ کتاب ایک رہبر اور راہنما اور با مقصد ساتھی ہے جو ہر جگہ آپ کے کام آئے لوگ جو عامل بننا نہیں چاہتے، صرف عاملوں کے آزمودہ وظائف عملیات اپنی مشکلات کے لیے چاہتے ہیں، ان کے لیے بھی ایک اچھوتا تحفہ ہے۔

(خرصورت ٹاکسل اور کاغذ قیمت 180 روپے، رعایتی قیمت 110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)

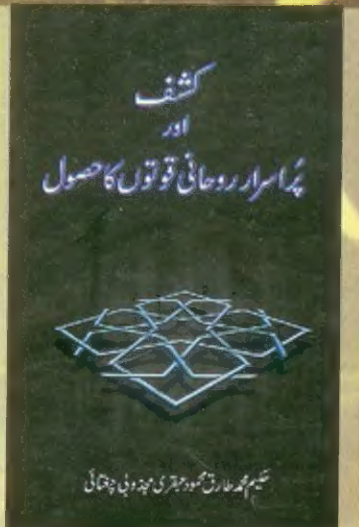
کائنات ایک راز ہے یہ راز دیں اور مجیدوں سے لبریز ہے ہاں اللہ تعالیٰ جس پر چاہے یہ مجید کھول دے۔ میری مشاہداتی زندگی میں بے شمار واقعات ہوئے اور ہر پور احساس ہوا کہ کائنات میں کوئی مخفی نظام بھی ہے جو ہماری سمجھ سے بالاتر ہے۔ زیر نظر کتاب میں اس مخفی نظام کے چند رازوں کو افشا کیا گیا ہے۔ ایسی دنیا جو نظروں سے ماورا ہے۔ ایسی کائنات جو صرف



دل کی دنیا جیتنے والے ہی پاسکتے ہیں۔ ایسی روحانی نگری، جو پانے کے بعد آپ باکمال بن سکتے ہیں۔ ایسے تمام راز اس کتاب میں پڑھیں۔ صدیوں سے وہ راز جن پر پردہ پڑا ہوا تھا اور اگر کچھ کو معلوم بھی تھے تو وہ قبروں میں چلے گئے۔ مگر اب وہ طشت از بام ہو گئے ہیں۔ اگر کوئی قدردان ہے تو یہ اوراق کھول کر ضرور اس کتاب کو دیکھے گا۔ چشم دید واقعات اور تجربات کا وہ مجموعہ جو جنات اور روجوں سے ملاقات کرواتا ہے آپ چشم تصور سے نہیں بلکہ حقیقت میں روجوں اور جنات سے ملاقات کر سکتے ہیں۔

(خرصورت ٹاکسل اور کاغذ قیمت 180 روپے، رعایتی قیمت 110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)

کتاب کیا ہے؟ مسلسل مشاہدات، تجربات اور روحانی انوارات کا ایک انوکھا مجموعہ ہے۔ ایسا مجموعہ جو لوگوں کی زندگیوں کے نچوڑ ہیں اور در بدر کی ٹھوکروں کے بعد حاصل ہوا ہے۔ میری زندگی کا ایک بڑا حصہ ان روحانی قوتوں کی طرف سفر کرتے گزرا ہے کچھ قدم قبرستانوں ویرانوں اور جنگلوں کی طرف بھی اٹھے ہیں۔ وہاں کیا دیکھا؟ کیا پایا؟ یہ الگ داستان ہے جو کچھ طویل بھی ہے اور انوکھی بھی ہے بلکہ بعض واقعات ناقابل فراموش اور ناقابل یقین ہیں۔ زیر نظر کتاب میں بندہ نے مختلف ماہرین فن کے تجربات سیکھائے ہیں۔ ہر شخص پر اسرار روحانی قوتوں کا حصول چاہتا ہے عروج پانے اور نیچے مثال ہو جانے کے خواب دیکھتا ہے۔ مخفی اور پوشیدہ علوم اور راز جاننے کے لیے در بدر کی ٹھوکریں کھاتا ہے اور جن کے پاس یہ جوہر ہیں وہ ہوا نہیں لگتے دیتے اور یہ بے مراد لوثا ہے ایسے تمام طلب گار رنجیدہ نہ ہوں اس کتاب کا ورق ورق گواہی دے گا کہ کائنات کی روحانی قوتیں موجود ہیں اور ان کے جاننے والے بھی اور پہچاننے والے بھی۔



(خرصورت ٹاکسل اور کاغذ قیمت 180 روپے، رعایتی قیمت 110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)

عقبقری الحمد للہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔